

令和 元年度 9月離乳食献立表

	ごっくん期	もぐもぐ期	かみかみ期	おやつ		ごっくん期	もぐもぐ期	かみかみ期	おやつ
名前					名前				
月 2日 30日			豚もも肉の梅肉和え 南瓜の含め煮 青菜の味噌汁	ジャムサンド (スティックパンの カリカリ焼き)	月 9日			※麺の日 煮込みうどん (豚ミンチ、胡瓜、人参、青葱)	お好み焼き
火 3日			キャベツの味噌炒め ひじきと大豆の含め煮 豆腐とわかめのすまし汁	焼き芋	火 24日			白身魚のほぐし焼き 炒り豆腐 (玉子 抜き) さつま汁(こんにやく 抜き)	フルーツのゼリーかけ
水 4日 18日			鶏もも肉と野菜のクリーム煮 わかめとコーンの和風和え	バナナ、小魚	水 11日 25日			大豆と揚げじゃが芋の煮物 もやしと胡瓜の和え物 冬瓜と青葱のスープ	11日 ふわふわせんべい 25日 りんご入りヨーグルト
木 5日 19日			鱈の柚庵焼き 小松菜と人参のさっと煮 茄子と玉葱の味噌汁	きな粉マカロニ	木 12日 26日			牛赤身と野菜のクリーム煮 切干大根とブロッコリーと ツナの和風和え	キャロットケーキ
金 6日 20日			ミートローフ じゃが芋、人参、玉葱の和え物 チンゲン菜のスープ	りんごのマフィン	金 13日 27日			白身魚のソテー 根菜とインゲンのきんぴら風 なめことオクラの味噌汁	枝豆、じゃがバター
土 7日 21日			冷やしうどん (鶏ささみ、ほうれん草、人参)		土 14日 28日			うどんのやわらか煮 (ほうれん草、豚もも肉、もやし 人参、わかめ、コーン)	
弁 当 日 17日			茄子と鶏ひき肉の丼ぶり 南瓜とじゃが芋の含め煮 キャベツと豆腐の味噌汁	焼き芋	誕 生 日 10日			さつま芋入りおじや 鶏の唐揚げ ほうれん草と人参の和え物 豆腐と三つ葉のすまし汁 /梨	フルーツのゼリーかけ