

## 9月離乳食予定献立表

いちご乳児保育園

日	曜日	5~6ヶ月頃 (ゴックン期)	7~8ヶ月頃 (モグモグ期)	9~11ヶ月頃(午前) (カミカミ期)	9~11ヶ月頃(午後) (カミカミ期)
1 ・ 15	水	つぶし粥 スープ たら煮つぶし かぼちゃ煮つぶし	粥 スープ たらほうれん草あんかけ煮 かぼちゃ煮	軟飯 味噌汁(豆腐・ほうれん草) たらのチーズ焼き 春雨サラダ りんご	トースト スープ(もやし) たらほうれん草あんかけ煮 バナナ
2 ・ 16	木	つぶし粥 スープ 豆腐煮つぶし キャベツ煮つぶし	粥 スープ 豆腐キャベツあんかけ煮 人参スティック煮	軟飯 味噌汁(卵・わかめ) 豆腐チャンプルー きゅうりツナ和え グレープフルーツ白	軟飯 すまし汁(人参) 豆腐キャベツピーマン炒め煮 キウイ
3 ・ 17	金	パン粥 スープ キャベツ煮つぶし かぼちゃ煮つぶし	パン粥 スティックパン スープ 鮭のキャベツあんかけ煮 かぼちゃ煮	テーブルロール 南瓜ポタージュ 鮭のソース焼き キャベツと人参のサラダ バナナ	雑炊(鮭・キャベツ) 人参含め煮 オレンジ
4 ・ 18	土	つぶし粥 スープ 小松菜煮つぶし	粥 スープ 豚挽肉小松菜あんかけ煮 人参スティック煮	広東うどん 小松菜のり和え キウイ	テーブルロール 麦茶 チーズ グレープフルーツ赤
6	月	つぶし粥 スープ 玉ねぎ煮つぶし 人参煮つぶし	粥 スープ 納豆玉ねぎ煮 人参スティック煮	軟飯 味噌汁(水菜・しめじ) 納豆かき揚げ湯通し 大根わかめ和え パイナップル	軟飯 すまし汁(大根) 豚肉人参水菜あんかけ煮 りんご
7 ・ 21	火	つぶし粥 スープ キャベツ煮つぶし 人参煮つぶし	粥 スープ 挽肉キャベツあんかけ煮 人参スティック煮	軟飯 シーフードシチュー キャベツとコーンのサラダ キウイ	軟飯 スープ(キャベツ) ホタテ人参玉ねぎ煮 オレンジ
8 ・ 22	水	つぶし粥 スープ カレイ煮つぶし かぼちゃ煮つぶし	粥 スープ カレイ玉ねぎあんかけ煮 かぼちゃ煮	軟飯 味噌汁(長ねぎ・えのき) カレイの味噌マヨネーズ焼き 南瓜の含め煮 バナナ	軟飯 すまし汁(人参) カレイ玉ねぎかぼちゃ煮 りんご
9 ・ 30	木	つぶし粥 スープ 白菜煮つぶし 人参煮つぶし	粥 スープ 鶏挽肉白菜あんかけ煮 人参スティック煮	軟飯 味噌汁(白菜・わかめ) 鶏肉の生姜焼き 人参炒め煮 グレープフルーツ赤	トースト スープ(人参) 鶏肉白菜煮 バナナ
10 ・ 24	金	つぶし粥 スープ 小松菜煮つぶし じゃが芋煮つぶし	粥 スープ 豚挽肉小松菜あんかけ煮 じゃが芋スティック煮	軟飯 味噌汁(じゃが芋・舞茸) 豚肉の香味焼き 小松菜しらす和え オレンジ	軟飯 すまし汁(小松菜) 豚肉じゃが芋煮 りんご
11 ・ 25	土	つぶし粥 スープ じゃが芋煮つぶし	粥 スープ 鶏挽肉白菜あんかけ煮 じゃが芋スティック煮	ちゃんこ風うどん 青のりポテト キウイ	テーブルロール 麦茶 チーズ グレープフルーツ白
13 ・ 27	月	つぶし粥 スープ 玉ねぎ煮つぶし ブロッコリー煮つぶし	粥 スープ 豆腐玉ねぎあんかけ煮 ブロッコリー煮	軟飯 味噌汁(大根・長ねぎ) 豆腐の五目焼き ブロッコリーごま和え キウイ	軟飯 すまし汁(玉ねぎ) 豆腐大根人参煮 グレープフルーツ白
14 ・ 28	火	つぶし粥 スープ ほうれん草煮つぶし キャベツ煮つぶし	粥 スープ 鶏挽肉ほうれん草あんかけ煮 果物	軟飯 味噌汁(キャベツ・ふのり) チキンカツ湯通し ほうれん草お浸し オレンジ	軟飯 スープ(ほうれん草) 鶏肉キャベツあんかけ煮 りんご
29	水	つぶし粥 スープ 玉ねぎ煮つぶし 人参煮つぶし	粥 スープ 豚挽肉玉ねぎあんかけ煮 人参スティック煮	軟飯 味噌汁(油揚げ・玉ねぎ) 豚肉のソテー(カレー粉抜き) 三色ナムル りんご	軟飯 すまし汁(人参) 豚肉玉ねぎ炒め煮 バナナ