

# 2023年度9月離乳食予定献立表

戸塚愛児園

日付	初期(5~6ヶ月頃)	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	軽食(完了期)
01金	つぶし粥 鱈のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鱈のコンクリーム煮 高野豆腐の煮物 冬瓜と玉ねぎの味噌汁 さつま芋のミルク煮	軟飯 鮭のコンクリーム煮 高野豆腐の煮物 冬瓜と玉ねぎの味噌汁 さつま芋のミルク煮 バナナ きゅうりスティック	ごはん 鱈のごま照り焼き 切干し大根の旨煮 冬瓜と玉ねぎの味噌汁 さつま芋のミルク煮 牛乳	粉吹き芋
02土	つぶし粥 豆腐のペースト きゅうりのペースト キャベツのペースト すまし汁	全粥 マーボー豆腐 春雨サラダ キャベツのスープ じゃが芋と人参のおじや	マーボー丼 春雨サラダ キャベツのスープ じゃが芋と人参のおじや	マーボー丼 春雨サラダ キャベツのスープ じゃが芋と人参のおじや 牛乳	
04月	うどん粥 豆腐のペースト 玉ねぎのペースト 人参のペースト すまし汁	煮込みうどん オクラと豆腐のサラダ なすの煮浸し 青のりおじや	煮込みうどん オクラと豆腐の胡麻サラダ なすの煮浸し 青のりおにぎり 茹でかぼちゃ しめじの味噌汁	マカロニポリタン オクラと豆腐の胡麻サラダ わかめのスープ 青のりおにぎり 牛乳	青のりご飯
05火	つぶし粥 鰯のペースト 人参のペースト 白菜のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の煮付け 切干大根の煮物 白菜の味噌汁 人参パン粥	軟飯 鰯の煮付け 切干大根の煮物 白菜の味噌汁 人参トースト 茹でキャベツ さつま芋のスープ	ごはん 鰯の煮付け うの花炒り煮 白菜の味噌汁 人参トースト	ふかし芋
06水	つぶし粥 お麩のペースト 大根のペースト きゅうりのペースト すまし汁	全粥 鶏肉の味噌煮 大根のサラダ お麩のすまし汁 じゃが芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 鶏肉の味噌煮 大根のサラダ お麩のすまし汁 じゃが芋のお焼き 茹でほうれん草 豆腐の味噌汁	ごはん 味噌漬け豚肉のソテー 大根とかにかまのサラダ お麩と万能ねぎのすまし汁 じゃが芋のお焼き	ツナケチャップ ご飯
07木	つぶし粥 鱈のペースト 小松菜のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鱈のりんごソースかけ 冬瓜の煮物 小松菜の味噌汁 鶏そぼろおじや	軟飯 鮭のりんごソースかけ 冬瓜の煮物 小松菜の味噌汁 鶏そぼろ軟飯 茹で白菜 もやしの味噌汁	ごはん 鮭のカレー風味焼き 冬瓜の煮物 小松菜の味噌汁 鶏そぼろ軟飯 牛乳	バナナ
08金	つぶし粥 豆腐のペースト 玉ねぎのペースト さつま芋のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 チャンプル 茹でさつま芋 わかめの味噌汁 しらす雑炊	軟飯 チャンプル 茹でさつま芋 わかめの味噌汁 しらす雑炊 バナナ えのきの味噌汁	ごはん チャンプル さつま芋の甘煮 なめこの味噌汁 しらす雑炊 牛乳	塩昆布ご飯
09土	つぶし粥 お麩のペースト キャベツのペースト きゅうりのペースト すまし汁	ピラフ風おじや グリーンサラダ もやしのスープ ひじきおじや	ピラフ風 グリーンサラダ もやしのスープ ひじきおじや	カレーピラフ グリーンサラダ もやしのスープ ひじきおじや 牛乳	
11月	つぶし粥 高野豆腐のペースト キャベツのペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	鶏そぼろおじや キャベツの和え物 切干大根の味噌汁 マカロニきな粉	鶏そぼろ丼 キャベツの和え物 切干大根の味噌汁 マカロニきな粉 茹でさつま芋 ほうれん草の味噌汁	豚コーン丼 キャベツの塩昆布和え 切干し大根の味噌汁 マカロニきな粉 牛乳	おかかご飯
12火	つぶし粥 鱈のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	全粥 鱈の味噌煮 冬瓜のくず煮 豆腐のすまし汁 マッシュポテト	軟飯 鱈の味噌煮 冬瓜のくず煮 豆腐のすまし汁 じゃがバター バナナ 青梗菜の味噌汁	ごはん 鱈の味噌煮 冬瓜のそぼろあんかけ 豆腐とえのきのすまし汁 じゃがバター 牛乳	ひじきご飯
13水	つぶし粥 お麩のペースト 大根のペースト さつま芋のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉の照り煮 源平煮 さつま芋の味噌汁 チーズパン粥	軟飯 鶏肉の照り煮 源平煮 さつま芋の味噌汁 チーズトースト 茹でブロッコリー オクラのスープ	ごはん 鶏肉の生姜焼き トマトサラダ さつま芋の味噌汁 オレンジ チーズトースト 牛乳	粉吹き芋
14木	つぶし粥 鰯のペースト きゅうりのペースト キャベツのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鱈の磯辺煮 きゅうりとわかめの和え物 キャベツの味噌汁 さつま芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 鱈の磯辺煮 きゅうりとわかめの和え物 キャベツの味噌汁 さつま芋のお焼き 茹で人参 隠元の味噌汁	ごはん キスの天ぷら きゅうりとわかめの酢の物 キャベツの味噌汁 さつま芋のお焼き 牛乳	塩昆布ご飯

日付	初期(5~6ヶ月頃)	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	軽食(完了期)
15金	パン粥 お麩のペースト かぼちゃのペースト 小松菜のペースト すまし汁	パン粥 鶏肉のチーズ煮 かぼちゃのサラダ 小松菜のスープ 混ぜおじや	食パン 鶏肉のチーズ焼き かぼちゃのサラダ 小松菜のスープ 混ぜ軟飯 お麩の煮物 なすの味噌汁	食パン 鶏肉のチーズ焼き 鉄骨サラダ 小松菜のスープ 混ぜ軟飯 牛乳	バナナ
16土	つぶし粥 高野豆腐のペースト 人参のペースト さつま芋のペースト すまし汁	チャーハン風おじや きゅうりと人参のサラダ さつま芋のスープ かぼちゃおじや	チャーハン風 キュービックサラダ さつま芋のスープ かぼちゃおじや	ツナチャーハン キュービックサラダ さつま芋のスープ かぼちゃおじや 牛乳	
19火	つぶし粥 鱈のペースト 大根のペースト かぼちゃのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鱈のトマト煮 大根と人参の煮物 かぼちゃの味噌汁 さつま芋のミルク煮	軟飯 鱈のトマト煮 大根と人参の煮物 かぼちゃの味噌汁 さつま芋のミルク煮 きゅうりスティック 高野豆腐の煮物	ごはん メカジキの黄金焼き きんぴらごぼう 大根の味噌汁 さつま芋のミルク煮 牛乳	青のりご飯
20水	うどん粥 お麩のペースト 玉ねぎのペースト ほうれん草のペースト すまし汁	味噌煮込みうどん ほうれん草のサラダ お麩の煮物 きな粉おじや	味噌煮込みうどん ほうれん草のサラダ お麩の煮物 きな粉おはぎ バナナ わかめの味噌汁	けんちんうどん ほうれん草のサラダ バナナ きな粉おはぎ 牛乳	ふかし芋
21木	つぶし粥 お麩のペースト 大根のペースト 人参のペースト すまし汁	全粥 豆腐のそぼろあんかけ 温野菜 もやしの味噌汁 りんごパン粥	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ 温野菜 もやしの味噌汁 手作りりんごジャムサンド 茹で白菜 隠元のスープ	キーマカレー 温野菜 もやしのスープ 手作りりんごジャムサンド 牛乳	和風ツナご飯
22金	つぶし粥 豆腐のペースト キャベツのペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のホワイトソースかけ キャベツの和え物 豆腐の味噌汁 野菜雑炊	軟飯 鶏肉のホワイトソースかけ キャベツの和え物 豆腐の味噌汁 野菜雑炊 お麩の煮物 切干大根の味噌汁	ごはん レバーのかりん揚げ キャベツの和え物 豆腐の味噌汁 野菜雑炊 牛乳	バナナ
25月	つぶし粥 鰯のペースト 白菜と人参のペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の煮付け 白菜と人参の浅漬け なすの味噌汁 にゅうめん	軟飯 鰯の煮付け 白菜と人参の浅漬け なすの味噌汁 にゅうめん さつま芋スティック 茹でキャベツ	ごはん 鱈の照り焼き 白菜と人参の浅漬け なすの味噌汁 にゅうめん 牛乳	塩昆布ご飯
26火	つぶし粥 豆腐のペースト きゅうりのペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 マーボー豆腐 もやしときゅうりのサラダ 切干大根の味噌汁 コーンクリームパン粥	軟飯 マーボー豆腐 もやしときゅうりのサラダ 切干大根の味噌汁 コーンクリームトースト 茹でブロッコリー オニオンスープ	ごはん マーボー豆腐 もやしときゅうりのサラダ 切干大根と油揚げの味噌汁 コーンクリームトースト 牛乳	バナナ
27水	つぶし粥 高野豆腐のペースト 人参のペースト キャベツのペースト 味噌汁の上澄み	ひじきおじや 鶏肉のみぞれかけ 春雨サラダ キャベツの味噌汁 かぼちゃのミルク煮	ひじき軟飯 鶏肉のみぞれかけ 春雨サラダ キャベツの味噌汁 かぼちゃのミルク煮 バナナ 茹でほうれん草	わかめごはん 鶏肉の竜田揚げ パンサンスー キャベツとコーンの味噌汁 かぼちゃのミルク煮 牛乳	おかかご飯
28木	つぶし粥 鰯のペースト かぼちゃのペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鮭の野菜あんかけ 茹でかぼちゃ 豆腐の味噌汁 茹でさつま芋	軟飯 鮭の野菜あんかけ 茹でかぼちゃ 豆腐の味噌汁 焼き芋 なすの煮浸し きのこの味噌汁	ごはん 鮭の西京焼き ひじきの炒り煮 豆腐のすまし汁 焼き芋 牛乳	青のりご飯
29金	パン粥 お麩のペースト 人参のペースト きゅうりのペースト すまし汁	パン粥 鶏肉のりんごソースかけ 人参サラダ きゅうりのペースト しらすおじや	食パン 鶏肉のりんごソースかけ 人参サラダ 青梗菜のスープ しらすおにぎり 茹でじゃが芋 小松菜の味噌汁	ハイジパン タンダリーチキン 人参サラダ 青梗菜のスープ しらすおにぎり 牛乳	粉吹き芋
30土	つぶし粥 豆腐のペースト 玉ねぎのペースト キャベツのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 すき焼き風煮 玉ねぎの和え物 キャベツのペースト もやしの味噌汁 さつま芋おじや	すき焼き丼 キャベツの胡麻ネーズ和え もやしの味噌汁 さつま芋おじや 牛乳		