

予定献立表



Table with columns for date, day of week, main dish, ingredients, and snacks. Includes special days like 'お弁当会' and '公休日'.



献立は材料、その他の都合により変更することがあります。 ☆アレルギー対応食は医師の診断書に基づき実施しています。





# 9月 離乳食献立表

日清医療食品(株)

回食	1回食(午前)			2回食(午後)	
月齢	5・6ヶ月頃(開始後一ヶ月間)	7・8ヶ月	9・10・11ヶ月	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
固さの目安	トロトロ⇒バタバタ	舌でつぶせる固さ	歯くきでつぶせる固さ	舌でつぶせる固さ	歯くきでつぶせる固さ
	ヨーグルト状	絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	バナナ位(荒みじん切り)	絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	バナナ位(荒みじん切り)
2	10倍がゆ ささみのペースト すまし汁	全粥 ささみとひじきつぶし煮 人参・ブロッコリーつぶし煮 キャベツすまし汁 果物	軟飯 ささみとひじきやわらか煮 人参・ブロッコリーやわらか煮 キャベツみそ汁 果物	全粥 じゃが芋と青菜のつぶし煮 とろとろそうめん汁	軟飯 じゃが芋と青菜のやわらか煮 とろとろそうめん汁
月	(主な材料) 米 ささみ ひじき 人参 ブロッコリー キャベツ 果物			(主な材料) 米 じゃが芋 ほうれん草	
3	10倍がゆ かぼちゃペースト すまし汁	全粥 鮭と玉ねぎのつぶし煮 かぼちゃのつぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 鮭と玉ねぎのやわらか煮 かぼちゃのやわらか煮 すまし汁 果物	全粥 豆腐とトマトつぶし煮 大根のすまし汁	軟飯 豆腐とトマトやわらか煮 大根のすまし汁
火	(主な材料) 米 南瓜 鮭 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 豆腐 トマト 大根	
4	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁	全粥 鶏肉とわかめつぶし煮 人参と玉葱つぶし煮 すまし汁 ヨーグルト	軟飯 鶏肉とわかめやわらか煮 人参と玉葱やわらか煮 すまし汁 ヨーグルト	全粥 じゃがいものつぶし煮 なすのみそ汁	軟飯 じゃがいものつぶし煮 なすのみそ汁
水	(主な材料) 米 人参 鶏肉 わかめ 玉ねぎ ヨーグルト			(主な材料) 米 じゃが芋 なす	
5	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全粥 白身魚と人参のつぶし煮 いんげんのつぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 白身魚と人参のやわらか煮 いんげんのやわらか煮 すまし汁 果物	全粥 豆腐ともずくつぶし煮 たまねぎみそ汁	軟飯 豆腐ともずくやわらか煮 たまねぎみそ汁
木	(主な材料) 米 豆腐 白身魚 人参 いんげん 果物			(主な材料) 米 豆腐 もずく 玉ねぎ	
6	10倍がゆ じゃがいものペースト すまし汁	全粥 レバージャガイモのつぶし煮 南瓜のつぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 レバージャガイモのやわらか煮 南瓜のやわらか煮 すまし汁 果物	全粥 人参のつぶし煮 青菜すまし汁	軟飯 人参のやわらか煮 青菜すまし汁
金	(主な材料) 米 じゃが芋 レバー 南瓜 果物			(主な材料) 米 人参 小松菜	
7	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁	全粥 豆腐のつぶし煮 白菜人参のつぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 豆腐のやわらか煮 白菜人参のやわらか煮 すまし汁 果物	全粥 南瓜と芋のつぶし煮 たまねぎのすまし汁	軟飯 南瓜と芋のやわらか煮 たまねぎのみそ汁
土	(主な材料) 米 人参 豆腐 白菜 果物			(主な材料) 米 南瓜 さつまいも 玉ねぎ	
9	10倍がゆ ささみのペースト すまし汁	全粥 ささみと青菜のつぶし煮 人参と切干大根のつぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 ささみと青菜のやわらか煮 人参と切干大根のやわらか煮 すまし汁 果物	全粥 さつまいもつぶし煮 麩みそ汁	軟飯 さつまいもやわらか煮 麩みそ汁
月	(主な材料) 米 ささみ チンゲン菜 人参 切干大根 果物			(主な材料) 米 さつまいも 麩	
10	10倍がゆ 大根ペースト すまし汁	全粥 魚とブロッコリーつぶし煮 かぼちゃのつぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 魚とブロッコリーやわらか煮 かぼちゃのやわらか煮 すまし汁 果物	パン粥 人参とたまねぎつぶし煮 大根すまし汁	パン粥 人参とたまねぎやわらか煮 大根すまし汁
火	(主な材料) 米 大根 白身魚 ブロッコリー 南瓜 果物			(主な材料) 食パン 人参 玉ねぎ 大根	
11	10倍がゆ 人参と玉ねぎペースト すまし汁	全粥 豆腐つぶし煮 人参のつぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 豆腐のやわらか煮 人参のやわらか煮 すまし汁 果物	全粥 さつまいもたまねぎつぶし煮 キャベツのすまし汁	軟飯 さつまいもたまねぎやわらか煮 キャベツのすまし汁
水	(主な材料) 米 人参 玉ねぎ 豆腐 果物			(主な材料) 米 さつまいも 玉ねぎ キャベツ	
12	10倍がゆ 冬瓜のとろとろ煮 すまし汁	全粥 鮭と人参つぶし煮 冬瓜のつぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 鮭と人参やわらか煮 冬瓜のやわらか煮 すまし汁 果物	全粥 トマトのつぶし煮 たまねぎすまし汁	軟飯 トマトのやわらか煮 たまねぎすまし汁
木	(主な材料) 米 冬瓜 鮭 人参 果物			(主な材料) 米 トマト 玉ねぎ	
13	10倍がゆ 豆腐のペースト すまし汁	全粥 豆腐と人参つぶし煮 大根のつぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 豆腐と人参やわらか煮 大根のやわらか煮 すまし汁 果物	全粥 じゃが芋と納豆草のつぶし煮 おつゆ麩のみそ汁	軟飯 じゃが芋と納豆草のやわらか煮 おつゆ麩のみそ汁
金	(主な材料) 米 豆腐 人参 大根 果物			(主な材料) 米 じゃが芋 ほうれん草 麩	
14	10倍がゆ さつまいもペースト すまし汁	人參粥 しらすと青菜のつぶし煮 さつま芋つぶし煮 すまし汁 ヨーグルト	軟飯 しらすと青菜のやわらか煮 さつま芋やわらか煮 すまし汁 ヨーグルト	全粥 かぼちゃのつぶし煮 豆腐すまし汁	軟飯 かぼちゃのやわらか煮 豆腐すまし汁
土	(主な材料) 米 さつまいも 人参 しらす 小松菜 ヨーグルト			(主な材料) 米 南瓜 豆腐	

※ 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って離乳食を進めます。  
 ※ 献立は月齢ごとの目安です。使用食品、調理形態、分量など、個人差を考慮しながら進めます。  
 ※ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。



# 9月 離乳食献立表

< その2 >

回食	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月齢	5・6ヶ月頃 (開始後一ヶ月間)	7・8ヶ月	9・10・11ヶ月	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
固さの目安	トロトロ ⇒ ベタベタ	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ
	ヨーグルト状	絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	バナナ位 (荒みじん切り)	絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	バナナ位 (荒みじん切り)
16月	(公休日)				
17日	10倍がゆ やわらか豆腐煮 すまし汁	全粥 白身魚と人参つぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 麩のみそ汁 果物	軟飯 白身魚と人参やわらか煮 じゃが芋のやわらか煮 麩のみそ汁 果物	全粥 玉ねぎとわかめのつぶし煮 ゆし豆腐	軟飯 玉ねぎとわかめのやわらか煮 ゆし豆腐
火	(主な材料) 米 豆腐 白身魚 人参 じゃが芋 麩 果物			(主な材料) 米 玉ねぎ ワカメ ゆし豆腐	
18日	♪お弁当会♪				
水	(主な材料) 米 冬瓜 ほうれん草 南瓜				
19日	10倍がゆ さつまいものペースト すまし汁	全粥 鶏しパーと玉ねぎのつぶし煮 人参とポテトつぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 鶏しパーと玉ねぎのやわらか煮 人参とポテトやわらか煮 すまし汁 果物	全粥 さつまいものつぶし煮 キャベツのみそ汁	軟飯 さつまいものやわらか煮 キャベツのみそ汁
木	(主な材料) 米 さつまいも 鶏しパー 玉ねぎ 人参 じゃが芋 果物			(主な材料) 米 さつまいも キャベツ	
20日	10倍がゆ ささみのペースト すまし汁	全粥 ささみと青菜のやわらか煮 トマトときゅうりつぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 ささみと青菜のやわらか煮 トマトときゅうりやわらか煮 すまし汁 果物	全粥 かぼちゃのつぶし煮 わかめみそ汁	軟飯 かぼちゃのやわらか煮 わかめすまし汁
金	(主な材料) 米 ささみ 小松菜 トマト 胡瓜 果物			(主な材料) 米 南瓜 ワカメ	
21日	10倍がゆ 南瓜と玉ねぎペースト すまし汁	全粥 しらすと人参のつぶし煮 ブロッコリーのつぶし煮 白菜のすまし汁 果物	軟飯 しらすと人参のやわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮 白菜のすまし汁 果物	全粥 豆腐とおくらつぶし煮 キャベツのみそ汁	軟飯 豆腐とオクラやわらか煮 キャベツのみそ汁
土	(主な材料) 米 南瓜 玉ねぎ しらす 人参 ブロッコリー 白菜 果物			(主な材料) 米 豆腐 おくら キャベツ	
23日	(公休日)				
24日	10倍がゆ じゃがいもペースト すまし汁	全粥 白身魚のトマトつぶし煮 じゃがいもほうれん草つぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 白身魚のトマトやわらか煮 じゃがいもほうれん草やわらか煮 すまし汁 果物	全粥 マカロニ南瓜のつぶし煮 白菜のみそ汁	軟飯 マカロニ南瓜のやわらか煮 白菜のみそ汁
火	(主な材料) 米 じゃが芋 白身魚 トマト ほうれん草 果物			(主な材料) 米 マカロニ 南瓜 白菜	
25日	10倍がゆ さつまいものペースト すまし汁	全粥 しらすと青菜のつぶし煮 人参・きゅうりつぶし煮 たまねぎすまし汁 果物	軟飯 しらすと青菜のやわらか煮 人参・きゅうりやわらか煮 たまねぎすまし汁 果物	全粥 さつまいものつぶし煮 すまし汁	軟飯 さつまいものやわらか煮 すまし汁
水	(主な材料) 米 さつまいも しらす チンゲン菜 人参 胡瓜 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 さつまいも	
26日	10倍がゆ かぼちゃペースト すまし汁	全粥 ささみとかぼちゃのつぶし煮 なすとにんじんのつぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 ささみとかぼちゃのやわらか煮 なすとにんじんのやわらか煮 すまし汁 果物	全粥 豆腐ともすくのつぶし煮 青菜のみそ汁	軟飯 豆腐ともすくのやわらか煮 青菜のみそ汁
木	(主な材料)			(主な材料) 米 豆腐 もすく ほうれん草	
27日	10倍がゆ 絹ごし豆腐のペースト すまし汁	とろとろそば 豆腐と小松菜煮 かぼちゃと人参つぶし煮 すまし汁 果物	とろとろそば 豆腐と小松菜やわらか煮 かぼちゃと人参やわらか煮 すまし汁 果物	全粥 焼き芋つぶし煮 玉葱すまし汁	軟飯 焼き芋やわらか煮 玉葱すまし汁
金	(主な材料) 米 豆腐 沖繩そば 小松菜 南瓜 人参 果物			(主な材料) 米 さつまいも 玉ねぎ	
28日	10倍がゆ 大根のペースト すまし汁	全粥 白身魚と人参つぶし煮 大根ときゅうりつぶし煮 白菜すまし汁 果物	軟飯 白身魚と人参やわらか煮 大根ときゅうりやわらか煮 白菜すまし汁 果物	全粥 さつまいものつぶし煮 たまねぎのみそ汁	軟飯 さつまいものやわらか煮 たまねぎのみそ汁
土	(主な材料) 米 大根 白身魚 人参 胡瓜 白菜 果物			(主な材料) 米 さつまいも 玉ねぎ	
30日	10倍がゆ かぼちゃペースト すまし汁	全粥 白身魚とひじきのつぶし煮 南瓜のつぶし煮 キャベツのすまし汁 果物	軟飯 白身魚とひじきのやわらか煮 南瓜のやわらか煮 キャベツのすまし汁 果物	全粥 豆腐青菜のつぶし煮 たまねぎのみそ汁	軟飯 豆腐と青菜のやわらか煮 たまねぎのみそ汁
月	(主な材料) 米 南瓜 白身魚 ひじき 南瓜 キャベツ 果物			(主な材料) 米 豆腐 ほうれん草	

※ 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って離乳食を進めます。  
 ※ 献立は月齢ごとの目安です。使用食品、調理形態、分量など、個人差を考慮しながら進めます。  
 ※ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。