



# 平成29年 9月の離乳食

1・3・5週					
曜	日	朝のおやつ	献立(材料)	主食	3時のおやつ・材料
月	11 25	赤ちゃんせんべい	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(ブロッコリー・南瓜)、人参の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 玉葱
火	12 26	紫芋チップ	カレイの煮付け 野菜のやわらか煮(きゃべつ・じゃが芋)、人参の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ ほうれん草
水	13 27	赤ちゃんせんべい	さわらの煮付け 野菜のやわらか煮(大根・ブロッコリー)、南瓜の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 人参
木	14 28	紫芋チップ	豆腐の煮付け 野菜のやわらか煮(ほうれん草・人参)、じゃが芋の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 玉葱
金	1 15 29	赤ちゃんせんべい	さわらの煮付け 野菜のやわらか煮(大根・南瓜)、小松菜の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ じゃが芋
土	2 16 30	赤ちゃんせんべい	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(さつまいも・人参)、玉葱の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ きゃべつ

2・4週					
曜	日	朝のおやつ	献立(材料)	主食	3時のおやつ・材料
月	4	赤ちゃんせんべい	豆腐の煮付け 野菜のやわらか煮(ブロッコリー・南瓜)、玉葱の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 人参
火	5 19	紫芋チップ	さわらの煮付け 野菜のやわらか煮(じゃが芋・大根)、人参の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ きゃべつ
水	6 20	赤ちゃんせんべい	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(さつまいも・人参)、ほうれん草の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 玉葱
木	7	紫芋チップ	豆腐の煮付け 野菜のやわらか煮(玉葱・小松菜)、南瓜の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ じゃが芋
金	8 22	赤ちゃんせんべい	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(チンゲン菜・さつまいも)、人参の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 玉葱
土	9	紫芋チップ	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(人参・ブロッコリー)、きゃべつの煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 南瓜

☆食材の大きさや、おかゆは子どもに合わせたものにします。

