



# 平成30年 9月の離乳食

認定こども園ほそだ

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	10	赤ちやんせんべい	豆腐の煮付け 野菜のやわらか煮(小松菜・玉葱)、人参の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや 南瓜
火	11 25	紫芋チップ	さけの煮付け 野菜のやわらか煮(さつまい芋・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	おじや 人参
水	12 26	赤ちやんせんべい	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(きゃべつ・南瓜)、人参の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや 小松菜
木	13 27	紫芋チップ	さわらの煮付け 野菜のやわらか煮(ほうれん草・大根)、南瓜の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや きゃべつ
金	14 28	赤ちやんせんべい	豆腐の煮付け 野菜のやわらか煮(ブロッコリー・人参)、玉葱の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや じゃが芋
土	15 29	赤ちやんせんべい	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(さつまい芋・人参)、きゃべつの煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや 玉葱

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	3	赤ちやんせんべい	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(玉葱・人参)、南瓜の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや じゃが芋
火	4 18	紫芋チップ	豆腐の煮付け 野菜のやわらか煮(きゃべつ・さつまい芋)、玉葱の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや 小松菜
水	5 19	赤ちやんせんべい	さわらの煮付け 野菜のやわらか煮(さつまい芋・小松菜)、人参の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや 南瓜
木	6 20	紫芋チップ	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(南瓜・きゃべつ)、玉葱の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや 人参
金	7 21	赤ちやんせんべい	かれいの煮付け 野菜のやわらか煮(人参・ほうれん草)、さつまい芋の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや 玉葱
土	8 22	赤ちやんせんべい	豆腐の煮付け 野菜のやわらか煮(ブロッコリー・南瓜)、人参の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや ほうれん草

☆食材の大きさを、おかゆは子どもに合わせたものにします。

