

2025年 9月 離乳食献立表

		初期(ごっくん期)	中期(もぐもぐ期)	後期(かみかみ期)	完了期
		5～6ヶ月	7～8ヶ月	9～11ヶ月	12～18ヶ月
日	曜	10倍粥・ミルク	7倍粥・ミルク	5倍粥	軟飯
1	月	玉ねぎペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎすりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎ・三度豆・じゃが芋柔らか煮 人参スティック キャベツ・玉ねぎ・椎茸・ピーマン・もやし・人参のスープ	栄養汁 人参スティック ジャーマンポテト(ベーコン抜き)
2	火	人参ペースト キャベツペースト 昆布だしと野菜スープ	白身魚・人参すりつぶし キャベツすりつぶし 鰹だしと野菜スープ	白身魚の煮付け キャベツ・人参・きゅうり・玉ねぎ柔らか煮 舞茸・ごぼう・人参のスープ	赤魚の変わり味噌焼き 塩昆布和え 舞茸汁
3	水	かぼちゃペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・かぼちゃすりつぶし 人参すりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	豚肉・キャベツ・玉ねぎ・もやし柔らか煮 人参スティック わかめ・かぼちゃ・玉ねぎの味噌汁	野菜ビーフン 人参スティック かぼちゃの味噌汁
4	木	チンゲン菜ペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・チンゲン菜すりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	ささみ・ひじき・人参・玉ねぎ柔らか煮 人参スティック 玉ねぎ・人参・チンゲン菜のスープ	五目ひじき(ちくわ抜き) 人参スティック むらくも汁
5	金	人参ペースト じゃが芋ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・人参すりつぶし じゃが芋マッシュ 鰹だしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎ・じゃが芋・人参柔らか煮 じゃが芋スティック ツナ・わかめ・玉ねぎ・人参・もやしのスープ	洋風おでん(ちくわ・ウインナー・平天抜き) じゃが芋スティック わかめスープ
8	月	キャベツペースト 玉ねぎペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・キャベツすりつぶし 玉ねぎすりつぶし 鰹だしと野菜スープ	ささみ・キャベツ柔らか煮 千切り大根・人参柔らか煮 ツナ・キャベツ・玉ねぎ・椎茸・人参のスープ	鶏肉の照り焼き 千切り大根の煮物 野菜スープ
9	火	キャベツペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・キャベツすりつぶし 人参すりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	豚肉・キャベツ・ピーマン・人参柔らか煮 人参スティック わかめ・なめこの味噌汁	焼きそば 人参スティック なめこと油揚げの味噌汁
10	水	人参ペースト じゃが芋ペースト 昆布だしと野菜スープ	白身魚・人参すりつぶし じゃが芋マッシュ 鰹だしと野菜スープ	白身魚の煮付け きゅうり・人参・キャベツ・コーン柔らか煮 玉ねぎ・人参・ブロッコリー・じゃが芋のスープ	もみじご飯 鮭のチーズパン粉焼き きゅうりとツナのサラダ ポトフ(ウインナー抜き)
11	木	玉ねぎペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎすりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎ・ピーマン・トマト柔らか煮 人参スティック もやし・人参・玉ねぎのスープ	鶏肉と大豆のトマト煮 人参スティック 春雨スープ(ベーコン・干し椎茸抜き)
12	金	人参ペースト じゃが芋ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・人参すりつぶし じゃが芋マッシュ 鰹だしと野菜スープ	牛肉・ひじき・人参・キャベツ柔らか煮 じゃが芋スティック 玉ねぎ・人参のスープ	ビーフカレー じゃが芋スティック ひじきサラダ
16	火	豆腐ペースト じゃが芋ペースト 昆布だしと野菜スープ	豆腐・人参すりつぶし じゃが芋マッシュ 鰹だしと野菜スープ	豚肉・玉ねぎ・人参・ピーマン柔らか煮 じゃが芋スティック 豆腐・チンゲン菜・玉ねぎ・人参のスープ	酢豚(干し椎茸・生姜抜き) じゃが芋スティック 豆腐とチンゲン菜のスープ
17	水	小松菜ペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・小松菜すりつぶし 人参すりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	ささみ・れんこん・ごぼう・玉ねぎ・三度豆柔らか煮 人参スティック わかめ・小松菜・玉ねぎの味噌汁	筑前煮(ちくわ・竹の子・干し椎茸・こんにゃく抜き) 人参スティック 小松菜と玉ねぎの味噌汁
18	木	ほうれん草ペースト キャベツペースト 昆布だしと野菜スープ	白身魚・ほうれん草すりつぶし キャベツすりつぶし 鰹だしと野菜スープ	白身魚の煮付け キャベツ・人参・コーン柔らか煮 わかめ・えのき・ほうれん草・人参の澄まし汁	鯖のカレー煮 わかめとキャベツの酢の物 ほうれん草の澄まし汁
19	金	じゃが芋ペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・じゃが芋すりつぶし 人参すりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	ささみ・じゃが芋・玉ねぎ・三度豆柔らか煮 人参スティック わかめ・玉ねぎ・もやしの味噌汁	鶏じゃが(こんにゃく抜き) 人参スティック もやしと油揚げの味噌汁
22	月	玉ねぎペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎすりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	合い挽きミンチ・なす・玉ねぎ・椎茸・スパゲティ柔らか煮 人参スティック えのき・玉ねぎ・人参のスープ	なすのミートスパゲティ 人参スティック えのきとベーコンのスープ(ベーコン抜き)
24	水	豆腐ペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	豆腐・チンゲン菜すりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	豚ミンチ・玉ねぎ・じゃが芋・人参柔らか煮 人参スティック クリームコーン缶・人参・チンゲン菜のスープ	麻婆豆腐(生姜・にんにく抜き) 人参スティック 中華風コーンスープ
25	木	小松菜ペースト 玉ねぎペースト 昆布だしと野菜スープ	白身魚・小松菜すりつぶし 玉ねぎすりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	白身魚の煮付け 小松菜・人参・えのきの柔らか煮 玉ねぎ・人参の味噌汁	鮭の塩焼き 小松菜の納豆和え 三つ葉と油揚げの味噌汁
26	金	人参ペースト じゃが芋ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・人参すりつぶし じゃが芋マッシュ 鰹だしと野菜スープ	ささみ・人参・キャベツ・きゅうり・マカロニ柔らか煮 じゃが芋スティック 玉ねぎ・人参のスープ	チキンカレー じゃが芋スティック マカロニサラダ
29	月	ほうれん草ペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・ほうれん草すりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	ささみ・もやし・ほうれん草・コーン柔らか煮 人参スティック 玉ねぎ・人参・椎茸のスープ	親子汁(蒲鉾抜き) 人参スティック 人参サラダ
30	火	キャベツペースト さつま芋ペースト 昆布だしと野菜スープ	白身魚・キャベツすりつぶし さつま芋マッシュ 煮干しだしと野菜スープ	白身魚の煮付け もやし・人参・キャベツ・きゅうり柔らか煮 さつま芋・わかめ・玉ねぎの味噌汁	鱈の竜田揚げ(生姜・にんにく抜き) 豆苗の中華風サラダ(ハム抜き) さつま芋の味噌汁

☆月齢は目安です。お子様の離乳食の進み具合に合わせて担任とご相談下さい。
 ☆食材は、予定ですので一部変更することがあります。
 ☆完了食のハム・ベーコンはツナに変わります。
 ☆完了食については普通献立表を参考に見比べて下さい。
 ☆完了食で軟飯のお子様には行事献立の味つけご飯は提供していません。