



9月 離乳食 献立表



令和7年

きららうえばる保育園

日	曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月 ヨーグルト状(ペースト)		果物	おやつ (3回食から)
		中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月 豆腐の固さ(マッシュ)	後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月 パナナの固さ(柔らかく刻む)		
1	月	初期	つぶし粥 野菜ペースト 煮奴 オニオンスープ	オレンジ果汁	鶏おじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 煮奴 オニオンスープ	オレンジ	
		後期	軟飯 鶏肉の煮物 煮奴 オニオンスープ		
2	火	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 人参きんぴら煮マッシュ 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	さつま芋パンケーキ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 人参つぶし煮 豆腐のすまし汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 人参きんぴら 豆腐のすまし汁		
3	水	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し トマトサラダマッシュ 冬瓜スープ	オレンジ果汁	ささみおじや パンブキンスープ
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 つぶしトマトサラダ 冬瓜スープ	オレンジ	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 トマトサラダ 冬瓜スープ		
4	木	初期	つぶし粥 野菜ペースト ほうれん草サラダマッシュ オニオンスープ	バナナ果汁	芋粥 ほうれん草スープ
		中期	全粥 ササミと野菜のつぶし煮 つぶしほうれん草サラダ みそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 ささみの野菜煮 ほうれん草サラダ みそ汁		
5	金	初期	つぶし粥 豆腐とトマトのすり流し 南瓜ペースト オニオンスープ	バナナ果汁	鶏おじや 南瓜スープ
		中期	全粥 豆腐のトマトつぶし煮 南瓜のつぶし煮 レタススープ	バナナ	
		後期	軟飯 豆腐のトマト煮 南瓜の煮物 レタススープ		
6	土	初期	つぶし粥 野菜ペースト さつま芋マッシュ 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	ささみおじや 小松菜スープ
		中期	全粥 ササミのつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 豆腐のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 ササミの煮物 さつま芋の煮物 豆腐のみそ汁		
8	月	初期	つぶし粥 野菜ペースト 白菜サラダマッシュ 大根スープ	バナナ果汁	豆腐パンケーキ
		中期	全粥 ササミと野菜のつぶし煮 白菜つぶしサラダ 大根スープ	煮梨	
		後期	軟飯 ササミと野菜の煮物 白菜サラダ 大根スープ		
9	火	初期	つぶし粥 魚とトマトのすり流し さつま芋ペースト 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	さつま芋おやき
		中期	全粥 魚とトマトのつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 豆腐のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚のトマト煮 さつま芋の煮物 豆腐のみそ汁		
10	水	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ 白菜スープ	オレンジ果汁	おじや 野菜スープ
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 つぶしポテトサラダ 白菜のすまし汁	オレンジ	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 ポテトサラダ 白菜のすまし汁		
11	木	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 南瓜ペースト すましスープ	バナナ果汁	バナナパンケーキ
		中期	全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 南瓜の煮物 ゆし豆腐	バナナ	
		後期	軟飯 白身魚の野菜煮 南瓜の煮物 ゆし豆腐		
12	金	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し トマトサラダマッシュ 大根スープ	みかん果汁	鶏おじや 南瓜スープ
		中期	全粥 豆腐のつぶし煮 トマトつぶしサラダ 大根のみそ汁	みかん	
		後期	軟飯 豆腐の煮物 トマトサラダ 大根のみそ汁		
13	土	初期	つぶし粥 野菜ペースト 人参ペースト 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	おじや キャベツスープ
		中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 胡瓜のおろしあえ 豆腐のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 鶏肉の煮物 胡瓜の和え物 豆腐のみそ汁		
16	火	初期	つぶし粥 野菜ペースト 南瓜の煮物マッシュ 豆腐のすり流し汁	りんご果汁	トマト粥 オニオンスープ
		中期	全粥 鶏肉とトマトのつぶし煮 南瓜の煮物 豆腐のすまし汁	煮りんご	
		後期	軟飯 鶏肉のトマト煮 南瓜の煮物 豆腐のすまし汁		
17	水	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し トマトサラダペースト すましスープ	オレンジ果汁	ツナおじや さつま芋のみそ汁
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 トマトつぶしサラダ つぶしうどん汁	オレンジ	
		後期	軟飯 豆腐の煮物 トマトサラダ うどん汁		
18	木	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ほうれん草和えの物マッシュ 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	南瓜パンケーキ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 ほうれん草のつぶしあえ 豆腐のすまし汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 ほうれん草の和え物 豆腐のすまし汁		
19	金	初期	つぶし粥 魚とトマトのすり流し 野菜ペースト すましスープ	バナナ果汁	おじや 大根スープ
		中期	全粥 魚とトマトのつぶし煮 鶏肉と野菜のつぶし煮 ゆし豆腐	煮梨	
		後期	軟飯 魚のトマト煮 鶏肉と野菜の煮物 ゆし豆腐		
20	土	初期	つぶし粥 魚のすり流し 人参ペースト 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	おじや じゃが芋のみそ汁
		中期	全粥 魚のつぶし煮 つぶしツナサラダ 豆腐のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚の煮物 ツナサラダ 豆腐のみそ汁		
22	月	初期	つぶし粥 野菜ペースト 豆腐のすり流し すましスープ	バナナ果汁	じゃが芋おやき
		中期	全粥 鮭と野菜のつぶし煮 豆腐のつぶし煮 ソーメン汁	バナナ	
		後期	軟飯 鮭の野菜煮 豆腐のいり煮 ソーメン汁		
24	水	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し ほうれん草の和え物マッシュ 白菜スープ	オレンジ果汁	ツナおじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 ほうれん草のつぶしあえ 白菜スープ	オレンジ	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 ほうれん草の和え物 白菜スープ		
25	木	初期	つぶし粥 さつま芋ペースト 野菜ペースト 冬瓜スープ	バナナ果汁	バナナパンケーキ
		中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 野菜のつぶし煮 冬瓜のみそ汁	煮梨	
		後期	軟飯 鶏肉の煮物 野菜の軟らか煮 冬瓜のみそ汁		
26	金	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 和え物マッシュ すましスープ	みかん果汁	ツナおじや 小松菜スープ
		中期	全粥 魚のつぶし煮 つぶし和え物 ソーメン汁	青切みかん	
		後期	軟飯 魚の煮物 和え物 ソーメン汁		
27	土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 人参ペースト 豆腐とほうれん草のみそ汁	バナナ果汁	ツナおじや オニオンスープ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 つぶし和え物 豆腐のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 和え物 豆腐のみそ汁		
29	月	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し 南瓜ペースト オニオンスープ	オレンジ果汁	りんごパンケーキ
		中期	全粥 つぶしマーボー豆腐 マッシュ南瓜 オニオンスープ	オレンジ	
		後期	軟飯 マーボー豆腐 マッシュ南瓜 オニオンスープ		
30	火	初期	つぶし粥 野菜ペースト マッシュ南瓜 キャベツスープ	バナナ果汁	鶏おじや 南瓜のみそ汁
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 マッシュ南瓜 キャベツのみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 マッシュ南瓜 キャベツのみそ汁		



※ 食材の都合により献立を変更することがあります。
 ※ アレルギー食のメニューは除去または代替え食で対応いたします。
 ※ 15日(月)敬老の日でお休みです。
 ※ 23日(火)秋分の日振替休日でお休みです。