



栄養士 照屋恵美

※午前おやつ(1~2歳児) 午後おやつ(1~5歳児)

- ※ 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に対応いたします。
- ※ 21日(月)敬老の日でお休みです。
- ※ 22日(火)国民の休日でお休みです。
- ※ 23日(水)秋分の日振替休日でお休みです。



9月 離乳食 献立表



令和8年

美童保育園

日	曜日	初期(ごっくん期)5～6ヶ月 中期(もぐもぐ期)7～9ヶ月 後期(かみかみ期)10ヶ月～12ヶ月	ヨーグルト状(ペースト) 豆腐の固さ(マッシュ) バナナの固さ(柔らかく刻む)	果物	おやつ (3回食から)
1	火	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 豆腐と人参煮マッシュ すり流し汁	オレンジ果汁	じゃが芋おやき
		中期	全粥 鮭と野菜のつぶし煮 豆腐つぶし煮 ソーメン汁	オレンジ	
		後期	軟飯 鮭の野菜煮 豆腐のいり煮 ソーメン汁		
2	水	初期	つぶし粥 野菜ペースト 豆腐のすり流し オニオンスープ	りんご果汁	鶏おじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 つぶし煮奴 オニオンスープ	煮りんご	
		後期	軟飯 鶏肉の煮物 煮奴 オニオンスープ		
3	木	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し ブロッコリー和えマッシュ 冬瓜スープ	オレンジ果汁	ツナおじや パンプキンスープ
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 ブロッコリーのつぶしあえ 冬瓜スープ	オレンジ	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 ブロッコリーの和え物 冬瓜スープ		
4	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	鮭おじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 豆腐とトマトのつぶし煮 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		
5	土	初期	つぶし粥 魚のすり流し さつま芋ペースト 冬瓜スープ	バナナ果汁	ツナおじや オニオンスープ
		中期	全粥 魚のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 冬瓜のすまし汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚の煮物 さつま芋の煮物 冬瓜のすまし汁		
7	月	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し 小松菜あえマッシュ キャベツスープ	オレンジ果汁	ツナおじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 豆腐と野菜につぶし煮 小松菜のつぶし和え キャベツスープ	オレンジ	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 小松菜の和え物 キャベツスープ		
8	火	初期	つぶし粥 野菜ペースト 白菜サラダマッシュ 豆腐のすり流し汁	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 白菜つぶし煮 豆腐のすまし汁	バナナ	
		後期	軟飯 ササミと野菜の煮物 白菜サラダ 豆腐のすまし汁		
9	水	初期	つぶし粥 魚とトマトのすり流し さつま芋マッシュ 豆腐のすり流し汁	りんご果汁	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 豆腐のすまし汁	煮りんご	
		後期	軟飯 魚のトマト煮 さつま芋の煮物 豆腐のすまし汁		
10	木	初期	つぶし粥 豆腐のすり流し トマトサラダマッシュ 大根スープ	オレンジ果汁	ササミおじや 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	オレンジ	
		後期	軟飯 豆腐の煮物 トマトサラダ 大根のみそ汁		
11	金	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 南瓜ペースト すまし汁	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 南瓜のつぶし煮 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	土	初期	つぶし粥 野菜ペースト さつま芋サラダペースト 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 鶏肉と野菜のつぶし煮 さつま芋つぶしサラダ 豆腐のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 鶏肉の煮物 さつま芋サラダ 豆腐のみそ汁		
14	月	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 ポテつぶしサラダ 白菜のみそ汁	オレンジ	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 ポテトサラダ 白菜のみそ汁		
15	火	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 野菜ペースト 豆腐のすり流し汁	りんご果汁	さつま芋パンケーキ
		中期	全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 野菜つぶし煮 豆腐のすまし汁	煮りんご	
		後期	軟飯 白身魚の野菜煮 野菜きんぴら 豆腐のすまし汁		
16	水	初期	つぶし粥 魚のすり流し 大根和えマッシュ すましスープ	バナナ果汁	ツナおじや 大根スープ
		中期	全粥 魚のつぶし煮 大根のつぶしあえ ソーメン汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚の煮物 大根の和え物 ソーメン汁		
17	木	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ほうれん草あえマッシュ 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和え 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		
18	金	初期	つぶし粥 野菜ペースト ブロッコリーサラダマッシュ すまし汁	オレンジ果汁	ツナおじや さつま芋のみそ汁
		中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 ブロッコリーつぶしあえ つぶしうどん汁	オレンジ	
		後期	軟飯 鶏肉の煮物 ブロッコリーサラダ うどん汁		
19	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		
24	木	初期	つぶし粥 野菜ペースト 南瓜マッシュ 豆腐のすり流し汁	オレンジ果汁	トマトパンケーキ
		中期	全粥 鶏肉とトマトのつぶし煮 南瓜のつぶし煮 豆腐のすまし汁	オレンジ	
		後期	軟飯 鶏肉のトマト煮 南瓜煮物 豆腐のすまし汁		
25	金	初期	つぶし粥 野菜ペースト 南瓜マッシュ 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 南瓜のつぶし煮 キャベツのみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 南瓜煮 キャベツのみそ汁		
26	土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 和え物マッシュ 豆腐のすり流し汁	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		
28	月	初期	つぶし粥 マーボー豆腐すり流し 南瓜ペースト オニオンスープ	オレンジ果汁	南瓜パンケーキ
		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		
29	火	初期	つぶし粥 魚とトマトのすり流し 野菜ペースト すまし汁	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		
30	水	初期	つぶし粥 豆腐のすり流し 野菜ペースト 冬瓜スープ	バナナ果汁	さつま芋おじや キャベツスープ
		中期	全粥 豆腐のつぶし煮 野菜のつぶし煮 冬瓜のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 豆腐の煮物 野菜の軟らか煮 冬瓜のみそ汁		



※ 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。
 ※ 21日(月)敬老の日でお休みです。
 ※ 22日(火)国民の休日でお休みです。