

令和 2年度 9月離乳食献立表

		ごっくん期	もぐもぐ期	かみかみ期	おやつ			ごっくん期	もぐもぐ期	かみかみ期	おやつ
名	前					名	前				
月	14 28			大豆と揚げじゃが芋の煮物 もやしと胡瓜とツナの和え物 チンゲン菜の和風スープ	スティックパンの カリカリ焼き	月	7			ごぼうと牛肉のしぐれ煮 ひじきと大豆の含め煮 南瓜の味噌汁	きな粉マカロニ
火	1 15 29			鮭の塩焼き 根菜の煮物 豚汁	ふわふわせんべい	火	8	麺の日		きつねうどん	チヂミ
水	2 16 30		野菜と鶏肉のクリーム煮 ピーマンと胡瓜のじゃこの 炒め物	2、16日 フルーツゼリー 30日 フルーツ入り ヨーグルト	水	9 23			ビーフシチュー キャベツ、玉葱、ツナの 和風和え	りんごのマフィン	
木	3 17		鶏肉のトマト煮 小松菜のさっと煮 豆腐の味噌汁	バナナ、小魚	木	10 24			白身魚のあんかけ 春雨と野菜のサラダ 茄子の味噌汁	枝豆、じゃがバター	
金	4 18		白身魚の味噌煮 切干大根の含め煮 大根、人参、ゴボウ、青葱の スープ	焼き芋	金	11 25			豚肉と玉葱の炒め物 ほうれん草のおかか和え さつま汁	キャロットケーキ	
土	5 19		おうどんのやわらか煮		土	12 26			おうどんのやわらか煮		
弁 当 日	15		オムライス（ケチャップライス） 野菜のひじき和え なめことオクラの味噌汁	ふわふわせんべい	誕 生 日	18			しらすごはん 鶏の照り焼き 小松菜の和え物、梨 冬瓜とわかめのすまし汁	焼き芋	