

令和 7 年度 9 月		離乳食献立表		
日	曜	中期（ステップ2）	後期（ステップ3）	完了期（ステップ4）
1 ・ 29	月	おかゆ 70 絹豆腐の薄くす煮つぶし 20 大根の軟らか煮つぶし 20 清汁（汁のみ） 70・ミルク160 ミルク 200	おかゆ～軟飯 90～80 絹豆腐の薄くす煮 25 大根ときゅうりの軟らか煮 25 清汁（わかめ） 90・ミルク100 ミルク 100 スティック食パン	軟飯～ごはん 80～70 鶏大根刻み きゅうりの中華和え刻み 春雨と豆腐のスープ ヨーグルト 黒糖ロール
2 ・ 16	火	おかゆ 70 鶏ささみの薄くす煮つぶし 20 人参の軟らか煮つぶし 20 味噌汁（汁のみ） 70・ミルク160 ミルク 200	おかゆ～軟飯 90～80 鶏ささみの薄くす煮つぶし 25 人参と玉ねぎの軟らか煮 25 味噌汁（キャベツ） 90・ミルク100 ミルク 100 じゃがいもの軟らか煮	軟飯～ごはん 80～70 ポークビーンズ刻み マカロニサラダ刻み（除コーン、ハム） 味噌汁（麩・キャベツ） 牛乳 90 のり塩ポテト
3 ・ 17	水	おかゆ 70 白身魚の薄くす煮つぶし 20 冬瓜の軟らか煮つぶし 20 清汁（汁のみ） 70 ミルク 160 ミルク 200	おかゆ～軟飯 90～80 白身魚の薄くす煮 25 冬瓜とキャベツの軟らか煮 25 ～冬瓜のそぼろ煮 20 清汁（玉ねぎ）90・ミルク100 ミルク 100 スティック食パン	軟飯～ごはん 80～70 さけのちゃんちゃん焼き刻み 冬瓜のそぼろ煮刻み 清汁（ねぎ）（除なると） 牛乳 90 梨ジャムパン
4 ・ 25	木	おかゆ 70 鶏ささみのクリーム煮つぶし20 きゅうりの軟らか煮つぶし20 清汁（汁のみ） 70 ミルク 160 ミルク 200	おかゆ～軟飯 90～80 鶏ささみのクリーム煮つぶし25 きゅうりとじゃがいもの軟らか煮 25 清汁（人参） 90 ミルク 100 ミルク 100 ベビー菓子	ミルクカレーライス キャベツの和風サラダ刻み 牛乳 90 ぶどうゼリー
5 ・ 19	金	煮込みうどん（大根・人参）90 絹豆腐の薄くす煮つぶし20 さつまいもの軟らか煮つぶし20 ミルク 160 ミルク 200	煮込みうどん（大根・人参）110 絹豆腐の薄くす煮 25 さつまいもと白菜の軟らか煮 25 ミルク 100 ミルク 100 5日おじや（さつまいも）・19日おじや（青のり）	けんちんうどん刻み130 豚肉の照り焼き刻み もやしの昆布和え刻み 牛乳 90 5日さつまいもおにぎり19日おはぎ
6 ・ 20	土	おかゆ 70 お麩の薄くす煮つぶし20 小松菜の軟らか煮つぶし20 清汁（汁のみ） 70 ミルク 160 ミルク 200	おかゆ～軟飯 90～80 お麩の薄くす煮 25 小松菜の軟らか煮 25 清汁（玉ねぎ） 90 ミルク 100 ミルク 100 ベビー菓子	軟飯～ごはん 80～70 鶏肉の味噌焼き刻み 小松菜のおかか和え刻み コンソメスープ 牛乳 90 ベビー菓子
8 ・ 22	月	おかゆ 70 鶏ささみの薄くす煮つぶし 20 人参の軟らかにつぶし20 味噌汁（汁のみ） 70・ミルク160 ミルク 200	おかゆ～軟飯 90～80 鶏ささみの薄くす煮つぶし 25 人参とほうれん草の軟らか煮 25 味噌汁（わかめ） 90・ミルク100 ミルク 100 ベビー菓子	軟飯～ごはん 80～70 鶏肉の味噌焼き刻みマーマレード煮刻み ほうれん草のしらす和え刻み 味噌汁（切干大根・いんげん） 牛乳 90 ベビー菓子

☆誕生会☆

日	曜	中期（ステップ2）	後期（ステップ3）	完了期（ステップ4）
9	火	パンがゆ 70 お麩の薄くす煮つぶし20 きゅうりの軟らか煮つぶし20 清汁（汁のみ） 70 ミルク 160 ミルク 200	スティックロールパン 25 ふわふわ卵焼き 25 きゅうりとじゃがいもの柔らか煮25 ～白菜の磯辺和え 20 清汁（玉ねぎ） 90・ミルク100 ミルク 100 おじや（おかか）	ロールパン 35 ジャーマンオムレツ刻み 白菜の磯辺和え刻み 野菜スープ（除コーン） 牛乳 90 さばごはん
10 ・ 24	水	おかゆ 70 白身魚の薄くす煮つぶし 20 さつまいもの軟らか煮つぶし20 清汁（汁のみ） 70 ミルク 160 ミルク 200	おかゆ～軟飯 90～80 白身魚の薄くす煮 25 さつまいもと人参の軟らか煮25 清汁（小松菜） 90 ミルク 100 ミルク100 スティック食パン	軟飯～ごはん 80～70 かじきのカレームニエル刻み ひじきとさつまいもの煮物刻み 清汁（小松菜）（除エノキ） 牛乳 90 ツナトースト
11	木	おかゆ 70 絹豆腐の薄くす煮つぶし20 人参の軟らか煮つぶし20 清汁（汁のみ） 70 ミルク 160 ミルク 200	おかゆ～軟飯 90～80 絹豆腐の薄くす煮 25 人参とチンゲン菜の軟らか煮25 清汁（オクラ） 90 ミルク 100 ミルク 100 煮こみうどん（人参）	軟飯～ごはん 80～70 麻婆豆腐刻み チンゲン菜のナムル刻み 中華スープ 牛乳 90 焼きそば
12 ・ 26	金	おかゆ 70 鶏ささみの薄くす煮つぶし 20 キャベツの柔らか煮つぶし20 味噌汁（汁のみ） 70 ミルク 160 ミルク 200	おかゆ～軟飯 90～80 鶏ささみの薄くす煮つぶし 25 キャベツと玉ねぎの軟らか煮25 味噌汁（わかめ） 90 ミルク 100 ミルク100 蒸しパン	軟飯～ごはん 80～70 鶏肉のポテトフレック焼き刻み トマトのマリネ刻み（除しめじ） 味噌汁（凍り豆腐・玉ねぎ） 牛乳 90 きな粉蒸しパン
13 ・ 27	土	おかゆ 70 お麩の薄くす煮つぶし20 じゃがいもの軟らか煮つぶし20 味噌汁（汁のみ） 70・ミルク160 ミルク 200	おかゆ～軟飯 90～80 お麩の薄くす煮 25 じゃがいもの軟らか煮 25 味噌汁（ほうれん草）90・ミルク100 ミルク 100 ベビー菓子	軟飯～ごはん 80～70 豚肉と生揚げの炒め物刻み じゃがいものソテー刻み 味噌汁（ほうれん草）（除エノキ） 牛乳 90 ベビー菓子
18	木	おかゆ 70 絹豆腐の薄くす煮つぶし 20 かぼちゃの柔らか煮つぶし20 清汁（汁のみ） 70 ミルク 160 ミルク 200	おかゆ～軟飯 90～80 豆腐入り肉団子 25 かぼちゃと玉ねぎの軟らか煮25 清汁（キャベツ） 90 ミルク 100 ミルク 100 ブレーンマフィン	軟飯～ごはん 80～70 花しゅうまい刻み（除コーン） かぼちゃのリョネース刻み（除ベーコン） コンソメジュリアン 牛乳 90 くまマフィン
30	火	おかゆ 70 鶏レバーの薄くす煮つぶし20 白菜の柔らか煮つぶし20 清汁（汁のみ） 70 ミルク 160 ミルク 200	おかゆ～軟飯 90～80 鶏レバーの薄くす煮つぶし 25 きゅうりとじゃがいもの柔らか煮25 ～白菜の磯辺和え 20 清汁（人参） 90・ミルク100 ミルク 100 煮こみうどん（人参）	軟飯～ごはん 80～70 レバーの香り揚げ刻み 白菜の磯辺和え刻み 野菜スープ（除コーン） 牛乳 90 焼きそば

赤字：ステップ後半