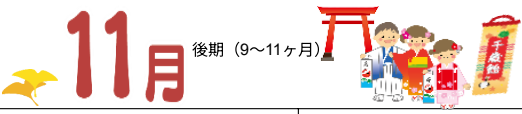


離乳食	曜日	 11月 後期 (9~11ヶ月)		離乳食	曜日	 後期 (9~11ヶ月)	
		昼	使用食材一覧			昼	使用食材一覧
1	日			16	月	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりのサラダ スープ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・れんこん・白菜・オレンジ
2	月	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりのサラダ スープ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・れんこん・白菜・オレンジ	17	火	かゆ 助宗タラとキャベツのくたくた煮 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・玉ねぎ・人参・花ふ・ワカメ・味噌
3	火			18	水	コトコト鶏うどん かぼちゃのトロみ煮 フルーツ (バナナ)	うどん・鶏肉・大根・人参・豆腐・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・片栗粉・バナナ
4	水	コトコト鶏うどん かぼちゃのトロみ煮	うどん・鶏肉・大根・人参・豆腐・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・片栗粉	19	木	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 チンゲン菜と人参のやわらか煮 みそ汁 フルーツ (りんご)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・チンゲン菜・人参・かぶ・味噌・りんご
5	木	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 チンゲン菜と人参のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・チンゲン菜・人参・かぶ・味噌	20	金	かゆ 鶏肉の野菜煮 きゅうりサラダ みそにゅうめん	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・ほうれん草・ソーメン・味噌
6	金	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 ポテトサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・大根・カットワカメ・出し汁・上白糖・醤油	21	土	鶏肉と野菜のやわらかうどん さつまいものマッシュ フルーツ (バナナ)	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつまいも・バナナ
7	土	鶏肉と野菜のやわらかうどん さつまいものマッシュ フルーツ (バナナ)	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつまいも・バナナ	22	日		
8	日			23	月		
9	月	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 玉ねぎとれんこんののろろ煮 みそ汁 フルーツ (りんご)	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・れんこん・片栗粉・白菜・味噌・りんご	24	火	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 玉ねぎサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・豆腐・味噌
10	火	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 玉ねぎサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・豆腐・味噌	25	水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 ポテトサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・大根・カットワカメ・出し汁・上白糖・醤油
11	水	かゆ 鶏肉と野菜ののろろ煮 さつまいもと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつまいも・人参・なす・味噌	26	木	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたくた煮 かぼちゃと玉ねぎのマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・玉ねぎ・大根・花ふ・味噌
12	木	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたくた煮 かぼちゃと玉ねぎのマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・玉ねぎ・大根・花ふ・味噌	27	金	人参かゆ 助宗タラと野菜のやわらか煮 かぶのだし煮	おかゆ・人参・スケソウタラ・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・かぶ
13	金	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほっこり煮 きゅうりと人参のサラダ スープ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏ささみ(加熱用)・玉ねぎ・じゃが芋・きゅうり・人参・充てん豆腐・キャベツ	28	土	鶏肉と野菜のやわらかうどん さつまいものマッシュ フルーツ (バナナ)	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつまいも・バナナ
14	土	鶏肉と野菜のやわらかうどん さつまいものマッシュ フルーツ (バナナ)	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつまいも・バナナ	29	日		
15	日			30	月	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりのサラダ スープ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・れんこん・白菜・オレンジ

食べていない食材、調味料等を確認していただき、お家で事前に食べてきてくださいね♪