

9月離乳食メニュー

日付	主食	副食	汁	デザート
1 (月)	かつおがゆ	豆腐の煮物 かぼちゃの煮物	おすまし(白菜・ブロッコリー)	ゼリー
2 (火)	人参がゆ	鶏肉の煮物 きゅうりとトマトの煮物	みそ汁(青菜・玉ねぎ)	りんご
3 (水)	青菜がゆ	魚の煮物(ほき) じゃがいもの煮物	スープ(キャベツ・人参)	バナナ
4 (木)	さつまいもがゆ	豆腐の煮物 人参の煮物	おすまし(大根・青菜)	りんご
5 (金)	きなこがゆ	魚の煮物(ほき) いんげんの煮物	みそ汁(玉ねぎ・人参)	ゼリー
6 (土)	かつおがゆ	鶏ミンチの煮物 かぼちゃの煮物	おすまし(じゃがいも・青菜)	バナナ
8 (月)	さつまいもがゆ	豆腐の煮物 人参の煮物	みそ汁(玉ねぎ・ブロッコリー)	ゼリー
9 (火)	青菜がゆ	魚の煮物(ほき) ブロッコリーの煮物	おすまし(大根・人参)	りんご
10 (水)	きなこがゆ	鶏ミンチの煮物 かぼちゃの煮物	スープ(青菜・玉ねぎ)	バナナ
11 (木)	かつおがゆ	豆腐の煮物 青菜の煮物	みそ汁(キャベツ・人参)	りんご
12 (金)	人参がゆ	魚の煮物(ほき) いんげんの煮物	おすまし(玉ねぎ・青菜)	ゼリー
13 (土)	青菜がゆ	鶏肉の煮物 かぼちゃの煮物	スープ(ブロッコリー・人参)	りんご
16 (火)	かつおがゆ	豆腐の煮物 人参の煮物	スープ(玉ねぎ・青菜)	バナナ
17 (水)	人参がゆ	鶏ミンチの煮物 いんげんの煮物	うどん(青菜・白菜)	りんご
18 (木)	青菜がゆ	魚の煮物(ほき) さつまいもの煮物	おすまし(ブロッコリー・玉ねぎ)	バナナ
19 (金)	きなこがゆ	鶏肉の煮物 かぼちゃの煮物	スープ(人参・青菜)	ゼリー
20 (土)	かつおがゆ	豆腐の煮物 人参の煮物	おすまし(じゃがいも・青菜)	りんご
22 (月)	さつまいもがゆ	鶏ミンチの煮物 いんげんの煮物	スープ(ブロッコリー・玉ねぎ)	ゼリー
24 (水)	青菜がゆ	魚の煮物(ほき) かぼちゃの煮物	みそ汁(キャベツ・人参)	りんご
25 (木)	かつおがゆ	豆腐の煮物 人参の煮物	おすまし(玉ねぎ・青菜)	バナナ
26 (金)	きなこがゆ	鶏ミンチの煮物 青菜の煮物	みそ汁(大根・人参)	ゼリー
27 (土)	かつおがゆ	豆腐の煮物 いんげんの煮物	スープ(玉ねぎ・ブロッコリー)	バナナ
29 (月)	さつまいもがゆ	鶏肉の煮物 人参の煮物	みそ汁(大根・青菜)	ゼリー
30 (火)	きなこがゆ	魚の煮物(ほき) きゅうりとトマトの煮物	おすまし(玉ねぎ・人参)	バナナ

おやつ…ベビーせんべい

青菜…ほうれん草