

令和7年度9月 離乳食予定献立表（12か月頃～）

日	離乳食	材 料
月 1	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	焼肉	豚肉、油、しょうゆ。
	茹で野菜・味噌汁	キャベツ、人参、ピーマン。大根、油揚げ、煮干しだし、味噌。
	蒸しかぼちゃ・牛乳	かぼちゃ。牛乳。
火 2	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	魚の和風マリネ	魚（選択）、塩、こしょう、小麦粉、油、玉葱、人参、きゅうり、酢、しょうゆ、砂糖。
	味噌汁	絹豆腐、えのきたけ、青菜、煮干しだし、味噌。
	菓子・果物・牛乳	ベビー菓子。梨。牛乳。
水 3	ご飯・果物	七分づき米。りんご。鶏肉、玉葱、人参、じゃがいも、にんにく、生姜、ピーマン、油、鶏がらスープの素、カレー粉、ケチャップ、塩、米粉、りんご。
	チキンカレー	
	醤油フレンチサラダ	キャベツ、きゅうり、人参、わかめ、油、酢、しょうゆ、塩、こしょう。
	トーストパン・牛乳	食パン、バター。牛乳。
木 4	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	西湖豆腐	絹豆腐、豚肉、生姜、人参、玉葱、カットトマト缶、ごま油、砂糖、塩、しょうゆ。
	もやしスープ	もやし、鶏がらスープの素、しょうゆ。
	グリーンケーキ・牛乳	小麦粉、ベーキングパウダー、青菜、プレーンヨーグルト、卵、スキムミルク、砂糖、バター、バニラエッセンス、油。牛乳。
金 5	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	鶏肉と大根の煮込み	鶏肉、大根、人参、油、しょうゆ、酒、砂糖、酢、みりん、にんにく、いんげん。
	さつま汁	人参、さつまいも、しめじ、長葱、削り節だし、味噌。
	バナナ入りコーンフレーク・牛乳	コーンフレーク、バナナ。牛乳。
土 6	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	中華炒め	豚肉、酒、玉葱、チンゲン菜、キャベツ、人参、エリンギ、油、鶏がらスープの素、しょうゆ、塩、片栗粉、ごま油。
	味噌汁	じゃがいも、わかめ、煮干しだし、味噌。
	菓子・果物・お茶	ベビー菓子。梨。お茶
月 8	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	鶏の照り焼き	鶏肉、砂糖、みりん、酒、しょうゆ、油。
	スティック野菜・味噌汁	きゅうり、人参。キャベツ、しめじ、わかめ、煮干しだし、味噌。
	トーストパン・牛乳	食パン、バター。牛乳。
火 9	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	冷やしうどん	干しうどん、鶏ささみ、玉葱、きゅうり、パプリカ、削り節だし、しょうゆ。
	根菜汁	ごぼう、人参、大根、削り節だし、塩、しょうゆ。
	ふかしいも・牛乳	さつまいも。牛乳。
水 10	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	魚のムニエル	魚（選択）、塩、小麦粉、油。
	茹でブロッコリー・ジュリエヌスープ	ブロッコリー。玉葱、人参、キャベツ、セロリ、鶏がらスープの素、しょうゆ。
	鶏飯・お茶	七分づき米、鶏肉、生姜、卵、砂糖、塩、油、万能葱、鶏がらスープの素、しょうゆ、みりん、酒、刻みのり、人参。お茶。
木 11	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	とりまめナゲット	鶏挽肉、大豆水煮、生姜、塩、こしょう、小麦粉、卵、油。
	キャベツの甘酢漬・味噌汁	キャベツ、きゅうり、人参、酢、砂糖、塩、白ごま。なす、油揚げ、長葱、煮干しだし、味噌。
	プレーン蒸しパン・牛乳	小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、無調整豆乳。牛乳。
金 12	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	厚揚げの酢豚風	厚揚げ、豚肉、玉葱、人参、ピーマン、パプリカ、削り節だし、油、砂糖、しょうゆ、酢、ケチャップ、塩、片栗粉。
	わかめスープ	わかめ、もやし、長葱、鶏がらスープの素、しょうゆ。
	トーストパン・牛乳	食パン、バター。牛乳。
土 13	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	鶏の味噌煮	鶏肉、酒、味噌、砂糖、みりん、いんげん。
	三色浸し・すまし汁	キャベツ、青菜、人参、しょうゆ。麩、えのきたけ、長葱、削り節だし、塩、しょうゆ。
	トーストパン・お茶	食パン、バター。お茶。
火 16	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	魚の和風マリネ	魚（選択）、塩、こしょう、小麦粉、油、玉葱、人参、きゅうり、酢、しょうゆ、砂糖。
	味噌汁	絹豆腐、えのきたけ、青菜、煮干しだし、味噌。
	菓子・果物・牛乳	ベビー菓子。梨。牛乳。

※午前おやつとして牛乳が出ます。

風の丘・上大岡東保育園

令和7年度9月 離乳食予定献立表（12か月頃～）

日	離乳食	材 料	
水	17	ご飯・果物	七分づき米。りんご。鶏肉、玉葱、人参、じゃがいも、にんにく、生姜、ピーマン、
		チキンカレー	油、鶏がらスープの素、カレー粉、ケチャップ、塩、米粉、りんご。
		醤油フレンチサラダ	キャベツ、きゅうり、人参、わかめ、油、酢、しょうゆ、塩、こしょう。
		トーストパン・牛乳	食パン、バター。牛乳。
木	18	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		西湖豆腐	絹豆腐、豚肉、生姜、人参、玉葱、カットトマト缶、ごま油、砂糖、塩、しょうゆ。
		もやしスープ	もやし、鶏がらスープの素、しょうゆ。
グリーンケーキ・牛乳	小麦粉、ベーキングパウダー、青菜、プレーンヨーグルト、卵、スキムミルク、砂糖、バター、バニラエッセンス、油。牛乳。		
金	19	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		鶏肉と大根の煮込み	鶏肉、大根、人参、油、しょうゆ、酒、砂糖、酢、みりん、にんにく、いんげん。
		さつま汁	人参、さつまいも、しめじ、長葱、削り節だし、味噌。
バナナ入りコーンフレーク・牛乳	コーンフレーク、バナナ。牛乳。		
土	20	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		中華炒め	豚肉、酒、玉葱、チンゲン菜、キャベツ、人参、エリンギ、油、鶏がらスープの素、しょうゆ、塩、片栗粉、ごま油。
		味噌汁	じゃがいも、わかめ、煮干しだし、味噌。
菓子・果物・お茶	ベビー菓子。梨。お茶		
月	22	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		鶏の照り焼き	鶏肉、砂糖、みりん、酒、しょうゆ、油。
		スティック野菜・味噌汁	きゅうり、人参。キャベツ、しめじ、わかめ、煮干しだし、味噌。
トーストパン・牛乳	食パン、バター。牛乳。		
水	24	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		魚のムニエル	魚（選択）、塩、小麦粉、油。
		茹でブロッコリー・ジュリエヌスープ	ブロッコリー。玉葱、人参、キャベツ、セロリ、鶏がらスープの素、しょうゆ。
鶏飯・お茶	七分づき米、鶏肉、生姜、卵、砂糖、塩、油、万能葱、鶏がらスープの素、しょうゆ、みりん、酒、刻みのり、人参。お茶。		
木	25	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		とりまめナゲット	鶏挽肉、大豆水煮、生姜、塩、こしょう、小麦粉、卵、油。
		キャベツの甘酢漬・味噌汁	キャベツ、きゅうり、人参、酢、砂糖、塩、白ごま。なす、油揚げ、長葱、煮干しだし、味噌。
プレーン蒸しパン・牛乳	小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、無調整豆乳。牛乳。		
金	26	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		厚揚げの酢豚風	厚揚げ、豚肉、玉葱、人参、ピーマン、パプリカ、削り節だし、油、砂糖、しょうゆ、酢、ケチャップ、塩、片栗粉。
		わかめスープ	わかめ、もやし、長葱、鶏がらスープの素、しょうゆ。
トーストパン・牛乳	食パン、バター。牛乳。		
土	27	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		鶏の味噌煮	鶏肉、酒、味噌、砂糖、みりん、いんげん。
		三色浸し・すまし汁	キャベツ、青菜、人参、しょうゆ。麩、えのきたけ、長葱、削り節だし、塩、しょうゆ。
トーストパン・お茶	食パン、バター。お茶。		
月	29	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		焼肉	豚肉、油、しょうゆ。
		茹で野菜・味噌汁	キャベツ、人参、ピーマン。大根、油揚げ、煮干しだし、味噌。
蒸しかぼちゃ・牛乳	かぼちゃ。牛乳。		
火	30	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		豚肉と春雨の炒め物	豚肉、春雨、玉葱、人参、キャベツ、油、しょうゆ、砂糖。
		味噌汁	もやし、かぼちゃ、万能葱、煮干しだし、味噌。
茹でさつまいも・お茶	さつまいも。お茶。		

※午前おやつとして牛乳が出ます。

風の丘・上大岡東保育園