

令和8年度



9月の離乳食こんだて



日にち	曜日	こんだて名 (材料名)		
		初 期 (6か月～)	中 期 (7か月～)	後 期 (9か月～)
1 15 29	火	おかゆ 豆腐の柔らか煮 (豆腐) 野菜の柔らか煮 (玉葱、人参) 野菜スープ (ほうれん草) 梨の柔らか煮 (梨)	おかゆ くずしハンバーグ (ハンバーグ) 野菜の柔らか煮 (玉葱、人参) 野菜スープ (ほうれん草) 梨の柔らか煮 (梨)	おかゆ くずしハンバーグ (ハンバーグ) 野菜の柔らか煮 (玉葱、人参) 野菜スープ (ほうれん草) 梨の柔らか煮 (梨)
2 16 30	水	おじや (じゃがいも、玉葱、ごはん、ほうれん草) 野菜の柔らか煮 (キャベツ、人参) きゅうりのすり流し (きゅうり)	おじや (じゃがいも、玉葱、ごはん、ほうれん草、豚肉) 野菜の柔らか煮 (キャベツ、人参) きゅうりの柔らか煮 (きゅうり) キウイフルーツ	おじや (じゃがいも、玉葱、ごはん、ほうれん草、豚肉) 野菜の柔らか煮 (キャベツ、人参) きゅうりの柔らか煮 (きゅうり) キウイフルーツ
3 17 -	木	おかゆ かぼちゃのマッシュ (かぼちゃ) 人参の甘煮 (人参) きゅうりのすり流し (きゅうり) スープ (豆腐) オレンジ	おかゆ かぼちゃのハンバーグ (かぼちゃ、玉葱、豚ひき肉) 人参の甘煮 (人参) きゅうりの出汁煮 (きゅうり) みそ汁 (豆腐) オレンジ	おかゆ かぼちゃのハンバーグ (かぼちゃ、玉葱、豚ひき肉) 人参の甘煮 (人参) きゅうりの出汁煮 (きゅうり) みそ汁 (豆腐) オレンジ
4 18 -	金	おかゆ 白身魚の煮魚 (白身魚) 人参のすり流し (人参) スープ (豆腐) ぶどう	おかゆ 白身魚の煮魚 (白身魚) 人参と鶏肉の柔らか煮 (人参、鶏肉) みそ汁 (豆腐) ぶどう	おかゆ 白身魚の煮魚 (白身魚) 人参と鶏肉の柔らか煮 (人参、鶏肉) みそ汁 (豆腐) ぶどう
5 19 -	土	うどんの柔らか煮 (キャベツ、人参、うどん) 擬製豆腐 (豆腐、人参) スープ (大根) バナナ	うどんの柔らか煮 (キャベツ、人参、うどん) 擬製豆腐 (豆腐、人参、豚ひき肉) みそ汁 (大根) バナナ	うどんの柔らか煮 (キャベツ、人参、うどん) 擬製豆腐 (豆腐、人参、豚ひき肉) みそ汁 (大根) バナナ
7 - -	月	おかゆ キャベツと人参の柔らか煮 (キャベツ、人参) スープ (大根) じゃがいものマッシュ (じゃがいも) ぶどう	おかゆ 鶏肉の柔らか煮 (鶏肉) キャベツと人参の柔らか煮 (キャベツ、人参) みそ汁 (大根) じゃがいものマッシュ (じゃがいも) ぶどう	おかゆ 鶏肉の柔らか煮 (鶏肉) キャベツと人参の柔らか煮 (キャベツ、人参) みそ汁 (大根) じゃがいものマッシュ (じゃがいも) ぶどう
8 - -	火	おかゆ もやしのすり流し (もやし) 小松菜の柔らか煮 (小松菜) スープ (キャベツ、玉葱) オレンジ	おかゆ 蒸し焼き (豚肉) 野菜の柔らか煮 (人参、もやし) 小松菜の柔らか煮 (小松菜) みそ汁 (キャベツ、玉葱) オレンジ	おかゆ 蒸し焼き (豚肉) 野菜の柔らか煮 (人参、もやし) 小松菜の柔らか煮 (小松菜) みそ汁 (キャベツ、玉葱) オレンジ
9 - -	水	おかゆ 野菜の柔らか煮 (人参、玉葱) スープ (じゃがいも、豆腐)	おかゆ くずしシュウマイ (シュウマイ) 野菜の柔らか煮 (人参、玉葱、豚ひき肉) みそ汁 (じゃがいも、豆腐、豚肉) キウイフルーツ	おかゆ くずしシュウマイ (シュウマイ) 野菜の柔らか煮 (人参、玉葱、豚ひき肉) みそ汁 (じゃがいも、豆腐、豚肉) キウイフルーツ
10 24 -	木	パンがゆ (食パン、調整粉乳) スープ (グリーンピース、玉葱、人参) じゃがいもの柔らか煮 (じゃがいも) キャベツの柔らか煮 (キャベツ)	パンがゆ (食パン、調整粉乳) 鶏肉の蒸し焼き (鶏肉) スープ (グリーンピース、玉葱、人参) じゃがいもの柔らか煮 (じゃがいも) キャベツの柔らか煮 (キャベツ)	パンがゆ (食パン、調整粉乳) 鶏肉の蒸し焼き (鶏肉) スープ (グリーンピース、玉葱、人参) じゃがいもの柔らか煮 (じゃがいも) キャベツの柔らか煮 (キャベツ)
11 - -	金	おかゆ 白身魚の煮付け (白身魚) 野菜の柔らか煮 (小松菜、もやし) スープ (白菜) オレンジ	おかゆ 白身魚の煮付け (白身魚) 野菜の柔らか煮 (小松菜、もやし) みそ汁 (白菜) オレンジ	おかゆ 白身魚の煮付け (白身魚) 野菜の柔らか煮 (小松菜、もやし) みそ汁 (白菜) オレンジ
- 25 -	金	うどんの柔らか煮 (ほうれん草、人参、うどん) 野菜の柔らか煮 (もやし、人参) バナナ	うどんの柔らか煮 (ほうれん草、人参、うどん) 野菜の柔らか煮 (もやし、人参) バナナ	うどんの柔らか煮 (ほうれん草、人参、うどん) 野菜の柔らか煮 (もやし、人参) バナナ
12 26 -	土	うどんの柔らか煮 (玉葱、人参、うどん) 野菜の柔らか煮 (キャベツ、人参) バナナ	うどんの柔らか煮 (玉葱、豚ひき肉、うどん) 野菜の柔らか煮 (キャベツ、人参) バナナ	うどんの柔らか煮 (玉葱、豚ひき肉、うどん) 野菜の柔らか煮 (キャベツ、人参) バナナ
14 28 -	月	おかゆ 野菜の柔らか煮 (じゃがいも、玉葱、人参) 豆腐のすり流し (豆腐) スープ (小松菜) 梨の柔らか煮 (梨)	おかゆ 肉じゃが (じゃがいも、玉葱、人参、豚肉) 豆腐の柔らか煮 (豆腐) みそ汁 (小松菜) 梨の柔らか煮 (梨)	おかゆ 肉じゃが (じゃがいも、玉葱、人参、豚肉) 豆腐の柔らか煮 (豆腐) みそ汁 (小松菜) 梨の柔らか煮 (梨)