



2022年10月離乳食メニュー



		完了（力ミ力ミ期・パクパク期） 9～15ヶ月	完了おやつ
1	土	鶏と野菜の軟飯 トマトとエノキのお汁	野菜スティック
2	日		
3	月	鶏ときのこの軟飯 鰯と野菜 白菜の味噌汁 バナナ	さつまいも
4	火	軟飯 豚肉と野菜 豆腐のお汁 梨	ほうれん草のパンケーキ
5	水	しらすと野菜のうどん さつまいも 梨	しらすおにぎり
6	木	軟飯 鶏肉と野菜 野菜のお汁	パンケーキ
7	金	軟飯 鮭とさつまいも キャベツと野菜のお汁	りんご
8	土		
9	日		
10	月		
11	火	軟飯 鮭と野菜 豆腐と野菜のお汁 バナナ	さつまいも
12	水	しらすの軟飯 肉じゃが ふとなめこの味噌汁	バナナ
13	木	軟飯 鮭と野菜 白菜の味噌汁	おにぎり
14	金	軟飯 鶏肉と野菜 かぼちゃの味噌汁 柿	フルーツパンがゆ
15	土	豚肉と野菜の軟飯 じゃが芋 小松菜の味噌汁	紫いもチップ
16	日		
17	月	大豆の軟飯 豚肉と野菜 野菜のお汁	おにぎり
18	火	軟飯 サンマと野菜 豆腐と大根の味噌汁 バナナ	マカロニきな粉
19	水	軟飯 鶏肉と野菜 きのこの味噌汁	りんごのパンケーキ
20	木	軟飯 豚肉と野菜 さつまいも バナナ	フルーツ
21	金	軟飯 カレイとかぼちゃ 人参のお汁 オレンジ	おにぎり
22	土	牛肉と野菜の軟飯 小松菜と豆腐の味噌汁	赤ちゃんせんべい
23	日		
24	月	豚肉と野菜のうどん さつまいも レバー 柿	パンがゆ
25	火	軟飯 鮭と野菜 小松菜と豆腐の味噌汁	パンがゆ
26	水	軟飯 牛肉と野菜のトマト煮 バナナ	おにぎり
27	木	赤飯のお粥 鮭と大根 さつまいもの味噌汁 みかん	パンケーキ
28	金	軟飯 豚肉と野菜 じゃがいも 豆腐	野菜スティック
29	土	鶏肉とブロッコリーの軟飯 じゃがいもの味噌汁	紫いもチップ
30	日		
31	月	かぼちゃ入り軟飯 鶏肉と野菜のトマト煮 野菜のお汁	かぼちゃのパンケーキ