



9月の離乳食献立予定表



令和7年9月1日
こぼろしこども園

日	曜日	後期献立名(午前食) ※初期、中期食は後期食の献立をもとに作っています。	主な食材
1	月	軟飯、肉豆腐、キャベツの和え物、かぼちゃのみそ汁	米、鶏ささみひき肉、キャベツ、かぼちゃ、玉ねぎ、ねぎ、にんじん
2	火	軟飯、白身魚のパン粉焼き、ほうれん草の和え物、レタスのスープ	米、白身魚、パン粉、ほうれん草、レタス、いんげん、トマト、ズッキーニ、ナス
3	水	軟飯、鶏バーグの人参ソース、ポテトサラダ、コロコロスープ	米、鶏ささみひき肉、じゃがいも、にんじん、きゅうり、だいこん
4	木	軟飯、肉じゃが、大根の和え物、小松菜のみそ汁	米、じゃがいも、だいこん、小松菜、玉ねぎ、キャベツ、鶏ささみひき肉
5	金	軟飯、鶏ささみの和風あん、だいこんの和え物、キャベツのみそ汁	米、鶏ささみひき肉、だいこん、キャベツ、豆腐、ねぎ、にんじん
6	土	軟飯、白身魚のうま煮、キャベツのサラダ、オニオンスープ	米、白身魚、キャベツ、玉ねぎ、きゅうり、だいこん、小松菜
8	月	軟飯、鶏ささみのトマト煮、マカロニサラダ、レタススープ	米、鶏ささみひき肉、トマト、マカロニ、レタス、玉ねぎ、にんじん、キャベツ
9	火	軟飯、白身魚のパン粉焼き、コロコロソテー、野菜スープ	米、白身魚、パン粉、玉ねぎ、にんじん、きゅうり、レタス、だいこん
10	水	軟飯、ベビーマーボー豆腐、ほうれん草の和え物、キャベツのスープ	米、鶏ささみひき肉、豆腐、ほうれん草、キャベツ、なす、ねぎ、チンゲン菜
11	木	軟飯、白身魚のみそ煮、切干大根の和え物、すまし汁	米、白身魚、切干大根、にんじん、キャベツ、小松菜、だいこん
12	金	軟飯、鶏バーグのトマト煮、かぼちゃのサラダ、野菜スープ	米、鶏ささみひき肉、トマト、かぼちゃ、ブロッコリー、キャベツ、レタス
13	土	軟飯、豆腐のうま煮、ひじきの和え物、チンゲン菜のスープ	米、豆腐、ひじき、チンゲン菜、キャベツ、にんじん、きゅうり
16	火	軟飯、鶏団子の野菜あん、キャベツの和え物、白菜のみそ汁	米、鶏ささみひき肉、キャベツ、白菜、だいこん、玉ねぎ、チンゲン菜、にんじん
17	水	軟飯、鶏バーグのミルクソース、ブロッコリーのサラダ、トマトスープ	米、鶏ささみひき肉、粉ミルク、ブロッコリー、トマト、玉ねぎ、キャベツ、きゅうり
18	木	にんじんがゆ、白身魚のうま煮、コロコロサラダ、すまし汁	米、白身魚、さつまいも、キャベツ、きゅうり、ねぎ、にんじん
19	金	軟飯、ベビーカレー、ポテトサラダ、キャベツのスープ	米、かぼちゃ、鶏ささみひき肉、じゃがいも、キャベツ、玉ねぎ
20	土	軟飯、じゃがいものそばろ煮、ほうれん草の和え物、玉ねぎのみそ汁	米、じゃがいも、ほうれん草、鶏ささみひき肉、玉ねぎ、にんじん
22	月	軟飯、白身魚のみそ焼き、じゃがいものうま煮、麩の澄まし汁	米、白身魚、じゃがいも、麩、いんげん、にんじん
24	水	トースト、マカロニのミルク煮、キャベツの和え物、トマトスープ	パン、米、粉ミルク、マカロニ、キャベツ、トマト、きゅうり、レタス
25	木	軟飯、白菜と鶏ささみのうま煮、ひじきの和え物、チンゲン菜のスープ	米、白菜、鶏ささみひき肉、ひじき、チンゲン菜、にんじん、ねぎ
26	金	軟飯、3目納豆、かぼちゃのやわらか煮、なすのみそ汁	米、納豆、かぼちゃ、なす、にんじん、だいこん、キャベツ、小松菜
27	土	軟飯、肉豆腐、キャベツの和え物、青菜のすまし汁	米、鶏ささみひき肉、キャベツ、小松菜、にんじん、玉ねぎ、ほうれん草
29	月	煮込みうどん、豆腐の松風焼き、小松菜の和え物	うどん、米、豆腐、小松菜、にんじん、だいこん、玉ねぎ、鶏ささみひき肉
30	火	軟飯、白身魚の野菜煮、大根のやわらか煮、玉ねぎのみそ汁	米、白身魚、だいこん、玉ねぎ、にんじん、ほうれん草、いんげん

※材料その他の都合により変更する場合があります。

うちの子丸呑みしてるかな・・・

与え方にひと工夫♪

離乳食を開始してしばらくすると、のみこむことが上手になります。興味が出てくると、すぐに口をあいて要求するようになるので、ペースの速さが気になるようなときは「モグモグね」「おいしいね」「ママも食べたいな」などと声をかけると、口の中に食べ物をとどめやすくなります。やわらかいものばかり与えたり、食べ物を細かくしすぎると、丸呑みや、吸い食べの癖がついてしまいます。特に離乳食も後期に入った頃の食事には、歯茎にのせて噛むことができるので、かむことを意識した与え方に一工夫してみましょう。手でもてるものを用意し、手づかみでかみ切って食べる練習をしながら、モグモグする習慣をつけましょう。

