

2023年

9月

離乳食献立

わかば中央保育室

日付	完了期	後期	中期	初期
1 金	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	豆腐ハンバーグ ごはん ブロッコリーと人参のゆかり和え お麩とほうれん草のみそ汁 なし	5倍粥 豆腐ハンバーグ ブロッコリーと人参和え ほうれん草のみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ ブロッコリーと人参煮 ほうれん草のみそ汁	10倍粥 豆腐煮 ほうれん草煮
	麦茶 牛乳プリン おせんべい	ヨーグルト おせんべい	ヨーグルト おせんべい	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
2 土	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	冷やしうどん ぎょうざ ほうれん草と人参のごま和え パナナ	野菜うどん パナナ ほうれん草と人参和え	野菜うどん パナナ ほうれん草と人参煮	10倍粥 ほうれん草煮 人参煮
	牛乳 おいなりさん	しらすおじや	しらすおじや	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
4 月	牛乳 クリームサンドビスケット	ウエハース	おせんべい	
	回鍋肉 春雨サラダ ごはん わかめスープ みかん	5倍粥 玉ねぎのスープ 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 スティック人参・きゅうり	7倍粥 玉ねぎのスープ 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 ブロッコリーと人参煮	10倍粥 ブロッコリー煮 人参煮
	牛乳 じゃがいも煮	じゃがいも煮	じゃがいも煮	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
5 火	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	デミグラスソースハンバーグ ごはん マカロニサラダ パイン なすと玉ねぎのみそ汁	5倍粥 豆腐ハンバーグ マカロニサラダ なすと玉ねぎのみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ かぼちゃ煮 なすと玉ねぎのみそ汁	10倍粥 豆腐煮 かぼちゃ煮
	牛乳 シャンパン	パン粥	パン粥	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
6 水	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	デミグラスソースハンバーグ ごはん マカロニサラダ パイン なすと玉ねぎのみそ汁	5倍粥 豆腐ハンバーグ マカロニサラダ なすと玉ねぎのみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ かぼちゃ煮 なすと玉ねぎのみそ汁	10倍粥 豆腐煮 かぼちゃ煮
	牛乳 シャンパン	パン粥	パン粥	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
7 木	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	しらすとブロッコリー煮 ごはん 小松菜の中華風サラダ なし 大根と油揚げのみそ汁	5倍粥 大根のみそ汁 しらすとブロッコリー煮 小松菜と人参和え	7倍粥 大根のみそ汁 しらすとブロッコリー煮 小松菜と人参煮	10倍粥 大根煮 人参煮
	麦茶 コーンフレーク	野菜リング	野菜リング	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
8 金	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	鶏肉と野菜の照り焼き ごはん ブロッコリーのツナサラダ みかん 高野豆腐としめじのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ブロッコリーと人参和え 玉ねぎのみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ブロッコリーと人参煮 玉ねぎのみそ汁	10倍粥 しらす煮 ブロッコリー煮
	麦茶 レアヨーグルトケーキ	ヨーグルト おせんべい	ヨーグルト おせんべい	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
9 土	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	ひき肉チャーハン ミニゼリー ちくわときゅうりのあえもの ほうれん草とコーンのスープ	鶏ひき肉粥 スティック人参・きゅうり ほうれん草のスープ	鶏ひき肉粥 かぼちゃ煮 ほうれん草のスープ	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれん草煮
	牛乳 きな粉蒸しパン	バナナきな粉	バナナきな粉	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
11 月	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	厚揚げの野菜あんかけ ごはん キャベツの納豆サラダ パイン お麩とわかめのみそ汁	5倍粥 人参のみそ汁 鶏ひき肉とブロッコリー煮 キャベツと人参和え	7倍粥 人参のみそ汁 鶏ひき肉とブロッコリー煮 キャベツと人参煮	10倍粥 しらす煮 人参煮
	牛乳 しらすピザ	かぼちゃおやき	かぼちゃおやき	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
12 火	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	なすのミートソーススパゲティー ブロッコリーとしらす和え 豆腐の中華スープ もも	なすのミートソーススパゲティー ブロッコリーとしらす和え 豆腐のスープ	7倍粥 豆腐のスープ 鶏ひき肉とトマト煮 ブロッコリーとしらす煮	10倍粥 豆腐煮 ブロッコリー煮
	牛乳 ミックスピラフ	ほうれん草おじや	ほうれん草おじや	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
13 水	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	しらすとブロッコリー煮 ごはん 三色ナムル なし キャベツと油揚げのみそ汁	5倍粥 三色和え しらすとブロッコリー煮 キャベツのみそ汁	7倍粥 ほうれん草と人参煮 しらすとブロッコリー煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 しらす煮 かぼちゃ煮
	牛乳 ココアパンケーキ	野菜リング	野菜リング	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
14 木	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	ハヤシライス 春雨スープ ほうれん草としめじのソテー みかん	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ほうれん草と人参和え 玉ねぎのスープ	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ほうれん草と人参煮 玉ねぎのスープ	10倍粥 ほうれん草煮 人参煮
	牛乳 お好み焼き	かぼちゃおやき	かぼちゃおやき	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	

15 金	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
	マーボー豆腐丼 カミカミサラダ 小松菜とコーンのスープ パイン	鶏ひき肉粥 小松菜のスープ スティック人参・きゅうり	鶏ひき肉粥 小松菜のスープ かぼちゃ煮	10倍粥 かぼちゃ煮 人参煮
16 土	牛乳 わかめうどん	野菜うどん	野菜うどん	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
19 火	冷やしラーメン かぼちゃ煮 小松菜とちくわ炒め ミニゼリー	しらす粥 小松菜と人参和え 人参のスープ	しらす粥 小松菜と人参煮 人参のスープ	10倍粥 しらす煮 ほうれん草煮
	牛乳 昆布おにぎり	ほうれん草おじや	ほうれん草おじや	
20 水	牛乳 クリームサンドビスケット	ウエハース	おせんべい	
	カレイのごま照り焼き ごはん かぼちゃサラダ 納豆汁 パナナ	5倍粥 カレイ煮 かぼちゃ煮 根菜のみそ汁	7倍粥 カレイ煮 かぼちゃ煮 根菜のみそ汁	10倍粥 カレイ煮 かぼちゃ煮
21 木	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	鶏肉のパン粉焼き ごはん ほうれん草の白和え なし 人参ともやしのみそ汁	5倍粥 ほうれん草の白和え 鶏ひき肉とブロッコリー煮 人参ともやしのみそ汁	7倍粥 ほうれん草の白和え 鶏ひき肉とブロッコリー煮 人参のみそ汁	10倍粥 豆腐煮 人参煮
22 金	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	切り干し大根のハンバーグ ごはん キャベツとしらす和え みかん 小松菜としめじのみそ汁	5倍粥 豆腐ハンバーグ キャベツとしらす和え 小松菜のみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ キャベツとしらす煮 小松菜のみそ汁	10倍粥 しらす煮 かぼちゃ煮
25 月	牛乳 おめんべい	おめんべい	おめんべい	
	しらすとほうれん草煮 ごはん スパゲティーのツナサラダ パイン キャベツとえのきのみそ汁	5倍粥 キャベツのみそ汁 しらすとほうれん草煮 スパゲティーサラダ	7倍粥 人参のみそ汁 しらすとほうれん草煮 キャベツと人参煮	10倍粥 ほうれん草煮 人参煮
26 火	牛乳 クッキー	かぼちゃ団子	かぼちゃ団子	
	牛乳 クリームサンドビスケット	ウエハース	おせんべい	
27 水	じゃがいものそぼろ煮 ごはん ブロッコリーと人参のごま和え 豆腐とわかめのみそ汁 もも	5倍粥 柔らか肉じゃが ブロッコリーと人参和え 豆腐のみそ汁	7倍粥 柔らか肉じゃが ブロッコリーと人参煮 豆腐のみそ汁	10倍粥 豆腐煮 ブロッコリー煮
	麦茶 コーンフレーク	おせんべい	おせんべい	
28 木	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	ポークビーンズ ごはん キャベツと人参のゆかり和え 大根と油揚げのみそ汁 なし	5倍粥 鶏ひき肉とトマト煮 キャベツと人参和え 大根のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉とトマト煮 キャベツと人参煮 大根のみそ汁	10倍粥 大根煮 人参煮
29 金	牛乳 クラッカー	野菜リング	野菜リング	
	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
30 土	牛乳 おめんべい	おめんべい	おめんべい	
	しらすとブロッコリー煮 ごはん ポテトサラダ ミニゼリー キャベツともやしのみそ汁	5倍粥 マッシュポテト しらすとブロッコリー煮 キャベツともやしのみそ汁	7倍粥 マッシュポテト しらすとブロッコリー煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 じゃがいも煮 人参煮
28 木	牛乳 おめんべい	おめんべい	おめんべい	
	クリームスパゲティー ブロッコリーと人参のおかか和え 小松菜と豆腐のスープ みかん	クリームスパゲティー ブロッコリーと人参和え 小松菜と豆腐のスープ	7倍粥 ブロッコリーと人参煮 鶏ひき肉と野菜のクリーム煮 小松菜と豆腐のスープ	10倍粥 しらす煮 かぼちゃ煮
29 金	牛乳 わかめおにぎり	かぼちゃおじや	かぼちゃおじや	
	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
30 土	うさぎカレーライス パイン キャベツのツナサラダ ブロッコリーのコンソメスープ	5倍粥 柔らか肉じゃが キャベツと人参和え ブロッコリーのスープ	7倍粥 柔らか肉じゃが キャベツと人参煮 ブロッコリーのスープ	10倍粥 じゃがいも煮 ブロッコリー煮
	麦茶 お月見ぜんざい	バナナヨーグルト	バナナヨーグルト	
30 土	牛乳 おめんべい	おめんべい	おめんべい	
	ひじきチャーハン ささみときゅうりのあえもの もやしの中華スープ ミニゼリー	しらす粥 玉ねぎのスープ ほうれん草と人参和え	しらす粥 玉ねぎのスープ ほうれん草と人参煮	10倍粥 しらす煮 ほうれん草煮
30 土	牛乳 マカロニきな粉	マカロニきな粉	マカロニのミルク煮	

※食材の都合により、献立が変更になる場合があります。

※完了食は、普通献立表に記載されている食材のうち揚げ物、鶏卵を含む食材以外すべて提供されますので、ご家庭でお試ください。

