



# 9月離乳食献立表



H28. 9. 1

たかさご保育園キッチン

日	曜	1回食期 (10:00~)	2回食期 午前 (10:00~)	完了食期 昼食 (10:30~)	2回食期 午後 (14:00~)	完了食期おやつ (14:15~)
1 29	木	かゆ、煮魚 煮ひたし 野菜スープ	かゆ、煮魚(生鮭) 煮ひたし(人参、キャベツ) 野菜スープ(冬瓜、長ねぎ、大根)	軟飯、煮魚 煮ひたし、冬瓜のすまし汁 かぼちゃの甘煮	かゆ 野菜の煮物(人参、玉ねぎ) 野菜スープ (人参、大根、長ねぎ、かぼちゃ)	かぼちゃ雑炊 牛乳、果物
2 16 30	金	かゆ、煮魚 煮ひたし 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 煮ひたし(小松菜、人参) 味噌汁(わかめ、大根)	軟飯 煮魚、煮ひたし 大根のお味噌汁 マッシュポテト	かゆ、スティックポテト(じゃが芋) たら入りスープ (たら、人参、大根、長ねぎ)	たら雑炊 牛乳、果物
3 17	土	かゆ 煮魚 ゆでブロッコリー ポテトスープ	かゆ 煮魚(白身魚) ゆでブロッコリー(ブロッコリー) ポテトスープ(じゃがいも、人参、玉ねぎ)	軟飯 ゆでブロッコリー 煮魚 ポテトスープ 人参の甘煮	野菜雑炊 (人参、じゃが芋、大根)	野菜雑炊 牛乳
5	月	かゆ、煮魚 野菜の煮物 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜の煮物(大根、人参) 味噌汁(玉ねぎ、わかめ)	軟飯、煮魚、野菜の煮物 人参と玉ねぎの味噌汁 はすの天ぷら	かゆ、人参の甘煮(人参) しらす入りスープ (しらす、人参、大根、長ねぎ)	しらす雑炊 牛乳、果物
6 20	火	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、かぼちゃ) 味噌汁	かゆ、ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、人参、玉ねぎ、かぼちゃ) 味噌汁(豆腐、大根)	軟飯、ひき肉と野菜の煮物 豆腐となめこの味噌汁 鮭バター焼き	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜スープ (人参、大根、長ねぎ)	おかゆ雑炊 牛乳、果物
7 21	水	かゆ 煮魚 野菜の煮物 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) ひじきの煮物(ひじき、人参) 味噌汁(長ねぎ、玉ねぎ)	軟飯、煮魚 ひじきの煮物 さつまいもの甘煮	かゆ、大根の甘煮(大根) 野菜スープ (さつまいも、人参、大根、長ねぎ)	さつまいも雑炊 牛乳、果物
8	木	かゆ 豆腐と野菜の煮物 味噌汁	かゆ、豆腐と野菜の煮物 (豆腐、人参、大根) 味噌汁(玉ねぎ、長ねぎ)	軟飯、豆腐と野菜の煮物 キャベツのお味噌汁 魚のいそべ揚げ	かゆ、おかの和え(きゃべつ、鰹節) 味噌汁 (かじき、大根、人参、長ねぎ)	味噌雑炊 牛乳、果物
9 23	金	かゆ、煮魚 野菜の煮物 野菜スープ	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜の煮物(人参、大根) 野菜スープ(玉ねぎ、わかめ、長ねぎ)	軟飯、煮魚、野菜の煮物 玉ねぎとベーコンのスープ 茹でブロッコリー	かゆ、茹でブロッコリー(ブロッコリー) 洋風スープ (生鮭、人参、玉ねぎ、ピーマン)	洋風雑炊 牛乳、果物
10 24	土	かゆ、煮魚 さつまいもの煮物 野菜スープ	かゆ、煮魚(白身魚) さつまいもの煮物(さつまいも) 野菜スープ(人参、大根、玉ねぎ)	軟飯、煮魚、野菜スープ さつまいもの煮物 スティックチーズ	野菜雑炊 (人参、玉ねぎ、さつまいも)	野菜雑炊 牛乳
12 26	月	かゆ、煮魚 野菜の煮物 味噌汁	かゆ、煮魚(生鮭) 野菜の煮物(人参、玉ねぎ) 味噌汁(人参、かぼちゃ)	軟飯、煮魚、野菜の煮物 かぼちゃの味噌汁 りんごの甘煮	かゆ、りんごの甘煮(りんご) 野菜スープ (鶏ひき肉、人参、大根、長ねぎ)	鶏そぼろ雑炊 牛乳、果物
13 27	火	かゆ、野菜の煮物 (人参、えのき、玉ねぎ) 味噌汁	かゆ、ひき肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉、人参、えのき、玉ねぎ) 味噌汁(もやし、大根)	軟飯、ひき肉と野菜の煮物 えのきともやしのスープ 煮魚(おひょう)	かゆ、じゃが芋の煮物(じゃが芋) かじき入りスープ (かじき、人参、大根、長ねぎ)	かじき雑炊 牛乳、果物
14	水	かゆ、煮魚 野菜の煮物 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜の煮物(人参、しめじ、玉ねぎ) 味噌汁(えのき、大根)	軟飯、煮魚、野菜の煮物 玉ねぎの味噌汁 マカロニのケチャップ煮	じゃが芋のトマト煮 (生鮭、人参、玉ねぎ、じゃが芋、トマト) 野菜スープ(大根、人参、長ねぎ)	じゃが芋の トマト煮 牛乳、果物
28	水	かゆ、野菜の煮物 (人参、大根、玉ねぎ) 味噌汁	かゆ、ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、人参、大根、玉ねぎ) 味噌汁(玉ねぎ、わかめ)	軟飯、ひき肉と野菜の煮物 豚汁 魚のいそべ揚げ	じゃが芋のトマト煮 (生鮭、人参、玉ねぎ、じゃが芋、トマト) 野菜スープ(大根、人参、長ねぎ)	じゃが芋の トマト煮 牛乳、果物
15	木	かゆ、煮魚 茹でブロッコリー すまし汁	かゆ、煮魚 茹でブロッコリー(茹でブロッコリー) すまし汁(えのき、ほうれん草)	軟飯、煮魚、茹でブロッコリー 手まり麩のすまし汁 かぼちゃの甘煮	かゆ、スティック野菜(大根、人参) 味噌汁 (かじき、人参、大根、長ねぎ)	味噌雑炊 牛乳、果物

\*都合により材料が変更になる場合があります。

\*初期食のメニューは、かゆ、汁物となります。汁物の材料は2回食と同じです。