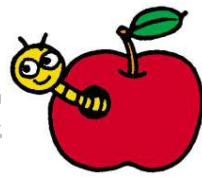




9月離乳食献立表



H30. 9. 1

たかさご保育園キッチン

| 日 | 曜 | 1回食期 (10:00~) | 2~3回食期 午前 (10:00~) | 完了食期 昼食 (10:15~) | 2~3回食期 午後 (14:00~) | 完了食期おやつ (14:15~) |
|------------|---|--------------------------------------|--|---|---|-------------------------|
| 1,15 29 | 土 | かゆ、煮魚 かぼちゃの甘煮 野菜スープ | かゆ、煮魚 (おひょう) かぼちゃの甘煮 (かぼちゃ) 野菜スープ (人参、玉ねぎ、長ねぎ) | 軟飯 煮魚、かぼちゃの甘煮 玉ねぎとベーコンのスープ 大根の甘煮 | 野菜雑炊 (人参、玉ねぎ、大根、かぼちゃ) | 野菜雑炊 牛乳 |
| 3 | 月 | かゆ、煮魚 煮ひたし 味噌汁 | かゆ、煮魚 (白身魚) 煮ひたし (キャベツ、もやし) 味噌汁 (じゃがいも、長ねぎ) | 軟飯、煮魚、煮ひたし じゃがいもの味噌汁 りんごの甘煮 | かゆ、煮ひたし (人参、玉ねぎ) 鮭入りスープ (大根、人参、長ねぎ、生鮭) | 鮭雑炊 牛乳、果物 |
| 4 18 | 火 | かゆ、野菜の煮物 (人参、大根、じゃがいも) 野菜スープ | かゆ、豚ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、人参、大根、じゃがいも) 野菜スープ (キャベツ、人参、玉ねぎ) | 軟飯、豚ひき肉と野菜の煮物 野菜スープ ゆでブロッコリー | かゆ、ゆでブロッコリー(ブロッコリー) 味噌汁 (大根、人参、長ねぎ、かじき) | 味噌雑炊 牛乳、果物 |
| 5 19 | 水 | かゆ、煮魚 煮ひたし 味噌汁 | かゆ、煮魚 (白身魚) 煮ひたし (ほうれんそう、玉ねぎ) 味噌汁 (なす、人参) | 軟飯、煮魚、煮ひたし なすの味噌汁 人参の甘煮 | かゆ、豆腐の煮物 (豆腐) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ、さつまいも) | さつまいも雑炊 牛乳、果物 |
| 6 20 | 木 | かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、春雨、いんげん) 味噌汁 | かゆ、鶏ひき肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、春雨、いんげん) 味噌汁 (豆腐、長ねぎ) | 軟飯、鶏ひき肉と野菜の煮物 豆腐の味噌汁 ジャーマンポテト | かゆ、煮ひたし (キャベツ、人参) しらす入りスープ (大根、人参、長ねぎ、しらす) | しらす雑炊 牛乳、果物 |
| 7 21 | 金 | かゆ、 豆腐と野菜の煮物 わかめスープ | かゆ、豆腐と野菜の煮物 (豆腐、人参、大根、玉ねぎ) わかめスープ (わかめ、長ねぎ、人参) | 軟飯、豆腐と野菜の煮物 わかめスープ 煮魚 (かじき) | かゆ、じゃがいもの甘煮(じゃがいも) 野菜スープ (大根、人参、玉ねぎ) | おかめ雑炊 牛乳、果物 |
| 8 22 | 土 | かゆ、煮魚 煮ひたし 野菜スープ | かゆ、煮魚 (白身魚) 煮ひたし (キャベツ、玉ねぎ) 野菜スープ (もやし、椎茸、人参) | 軟飯、煮魚、煮ひたし もやしのスープ 大根の甘煮 | 野菜雑炊 (人参、もやし、キャベツ、玉ねぎ、椎茸) | 野菜雑炊 牛乳 |
| 10 | 月 | かゆ、煮魚 ゆで野菜 味噌汁 | かゆ、煮魚 (白身魚) ゆで野菜 (キャベツ、人参) 味噌汁 (さつまいも、人参) | 軟飯、煮魚、ゆで野菜 さつまいもと人参の味噌汁 マカロニのケチャップ煮 | かゆ、スティック野菜 (大根) 野菜スープ (鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、長ねぎ) | 鶏そぼろ雑炊 牛乳、果物 |
| 11 25 | 火 | かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、もやし、わかめ) すまし汁 | かゆ、豚ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、人参、玉ねぎ、もやし、わかめ) すまし汁 (豆腐、いんげん、えのき) | 軟飯、豚ひき肉と野菜の煮物 豆腐のスープ さつまいもの汁煮 | かゆ、さつまいもの甘煮 (さつまいも) 野菜スープ (人参、玉ねぎ、ピーマン、生鮭) | 洋風雑炊 牛乳、果物 |
| 12 26 | 水 | かゆ、煮魚 野菜の煮物 味噌汁 | かゆ、煮魚 (生鮭) 野菜の煮物 (チンゲン菜、もやし、人参) 味噌汁 (大根、長ねぎ) | 軟飯、煮魚、野菜の煮物 大根と油揚げの味噌汁 かき揚げ | かゆ、スティックポテト (じゃがいも) たら入りスープ (大根、人参、長ねぎ、たら) | たら雑炊 牛乳、果物 |
| 13 | 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、長ねぎ) 味噌汁 (キャベツ、わかめ) | 軟飯、豆腐と野菜の煮物 キャベツの味噌汁 かぼちゃの甘煮 | かゆ、かぼちゃの甘煮 (かぼちゃ) かじき入りスープ (大根、人参、長ねぎ、かじき) | かじき雑炊 牛乳、果物 |
| 14 | 金 | かゆ、煮魚 野菜の煮物 味噌汁 | かゆ、煮魚 (白身魚) 野菜の煮物 (玉ねぎ、大根、わかめ) 味噌汁 (冬瓜、人参) | 軟飯、煮魚、野菜の煮物 冬瓜の味噌汁 煮豆 | じゃがいものトマト煮 (じゃがいも、人参、玉ねぎ、トマト、生鮭) 野菜スープ (大根、長ねぎ) | じゃがいもの トマト煮 牛乳、果物 |
| 27 | 木 | かゆ、煮魚 煮ひたし 味噌汁 | かゆ、煮魚 (白身魚) 煮ひたし (人参、玉ねぎ) 味噌汁 (大根、人参、長ねぎ) | 軟飯、煮魚、 煮ひたし、豚汁 ウインナーソテー | かゆ、人参の甘煮 (人参) かじき入りスープ (大根、人参、長ねぎ、かじき) | かじき雑炊 牛乳、果物 |
| 28 | 金 | 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、小松菜、長ねぎ) 味噌汁 (玉ねぎ、わかめ) | 軟飯、豆腐と野菜の煮物 玉ねぎの味噌汁 煮豆 | じゃがいものトマト煮 (じゃがいも、人参、玉ねぎ、トマト、生鮭) 野菜スープ (大根、長ねぎ) | じゃがいもの トマト煮 牛乳、果物 |

*都合により材料が変更になる場合があります。