

# 9月離乳食献立表

2020・9・1

たかさご保育園キッチン

日	曜	中期～後期食期 午前 (10:00～)	完了食期 (10:15～)	中期～後期食期 午後 (14:00～)	完了食期おやつ (14:15～)
1 15	火	かゆ、豚ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、人参、玉ねぎ、キャベツ) 野菜スープ(冬瓜、人参、えのき)	軟飯、冬瓜のスープ 豚ひき肉と野菜の煮物 煮魚(おひょう)	かゆ、じゃがいもの甘煮(じゃがいも) 野菜スープ (人参、玉ねぎ、ピーマン、生鮭)	洋風雑炊 牛乳、果物
2 16	水	かゆ、鶏ひき肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉、トマト、えのき、エリンギ、玉ねぎ) 野菜スープ(キャベツ、玉ねぎ、人参)	軟飯、野菜スープ 鶏ひき肉と野菜の煮物 魚の立田揚げ	かゆ、煮魚(かじき) 味噌汁 (大根、人参、長ねぎ、かぼちゃ)	味噌雑炊 牛乳、果物
3 17	木	かゆ、煮魚(生鮭) 煮ひたし(チンゲン菜、もやし、玉ねぎ) 味噌汁(大根、人参)	軟飯、煮魚、煮ひたし 大根と人参の味噌汁 さつまいもとりんごのバター煮	かゆ、さつまいもの甘煮(さつまいも) たら入りスープ (大根、人参、長ねぎ、たら)	たら雑炊 牛乳、果物
4 18	金	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜の煮物(じゃがいも) わかめスープ(わかめ、人参、玉ねぎ)	軟飯、煮魚、野菜の煮物 野菜入りわかめスープ 人参の甘煮	かゆ、スティック野菜(人参) かじき入りスープ (大根、玉ねぎ、長ねぎ、かじき)	かじき雑炊 牛乳、果物
5 19	土	かゆ、鶏ひき肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、ブロッコリー) 野菜スープ(玉ねぎ、人参、じゃがいも)	軟飯、鶏ひき肉と野菜の煮物 玉ねぎとベーコンのスープ じゃがいもの甘煮	野菜雑炊 (人参、玉ねぎ、ブロッコリー)	野菜雑炊 牛乳
7	月	かゆ、鶏ひき肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、マッシュルーム、トマト) 野菜スープ(キャベツ、人参、玉ねぎ)	軟飯、鶏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
8	火	かゆ、煮魚(白身魚) 煮ひたし(人参、小松菜) 味噌汁(大根、えのき、里芋)	軟飯、煮魚、煮ひたし 具だくさん味噌汁 りんごのコンポート	かゆ、煮ひたし(人参、しめじ) 鮭入りスープ (大根、玉ねぎ、長ねぎ、生鮭)	鮭雑炊 牛乳、果物
9 23	水	かゆ、煮魚(白身魚) 煮ひたし(キャベツ、人参) 味噌汁(人参、玉ねぎ)	軟飯、煮魚、煮ひたし 玉ねぎと人参の味噌汁 ウインナーソテー	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(キャベツ、大根、長ねぎ)	じゃがいもの トマト煮 牛乳、果物
10 24	木	まぐろのそぼろ丼(ゆめぎ、人参、玉ねぎ、椎茸) 野菜の煮物(大根、人参) 味噌汁(じゃがいも、長ねぎ)	まぐろのそぼろ丼、野菜の煮物 じゃがいもの味噌汁 ほうれんそうとしらすのソテー	かゆ、煮ひたし(ほうれんそう、しらす) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ、鶏ひき肉)	鶏そぼろ雑炊 牛乳、果物
11 25	金	かゆ、肉じゃが (豚ひき肉、人参、玉ねぎ、じゃがいも) 味噌汁(キャベツ、わかめ)	軟飯、肉じゃが キャベツの味噌汁 煮魚(かじき)	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ)	おかか雑炊 牛乳、果物
12	土	かゆ、煮魚(白身魚) 煮ひたし(キャベツ、人参、いんげん) ポテトスープ(じゃがいも、人参、玉ねぎ)	軟飯、煮魚、煮ひたし ポテトスープ スティックチーズ	野菜雑炊 (キャベツ、人参、玉ねぎ、しめじ)	野菜雑炊 牛乳
14 28	月	かゆ、豆腐と野菜の煮物 (豆腐、人参、ほうれんそう、ひじき) 味噌汁(大根、長ねぎ)	軟飯、豆腐と野菜の煮物 麩と葱の味噌汁 かぼちゃのバター煮	かゆ、かぼちゃの甘煮(かぼちゃ) 野菜スープ (人参、玉ねぎ、ほうれん草、白身魚)	白身魚雑炊 牛乳、果物
29	火	備蓄お粥、ベビーフード 麦茶	備蓄お粥、ベビーフード 麦茶	かゆ、スティック野菜(大根) 野菜スープ (人参、玉ねぎ、ピーマン、生鮭)	洋風雑炊 牛乳、果物
30	水	かゆ、煮魚(白身魚) おかか煮(キャベツ、もやし) 味噌汁(冬瓜、ねぎ、人参)	軟飯、煮魚、おかか煮 冬瓜の味噌汁 ジャーマンポテト	かゆ、野菜の煮物(じゃがいも、玉ねぎ) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ)	野菜雑炊 牛乳、果物

※都合によりメニュー、材料が変更になる場合があります。

・29日(火)は防災炊き出し訓練の為、午前食は防災用の食事となります。

震災を想定し、給食は火を使わずに食べられる備蓄がゆ、保育園で備蓄しているベビーフード、麦茶となります。

