

9月離乳食献立表

2022. 9. 1

たかさご保育園キッチン

日	曜	前期食期 (10:00~)	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 (14:30~)
1,15 29	木	かゆ、煮魚 じゃがいもの甘煮 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) じゃがいもの甘煮(じゃがいも) 味噌汁(大根、わかめ)	軟飯 煮魚、じゃがいもの甘煮 大根の味噌汁 ウインナーソテー	かゆ、スティック野菜(大根) たら入りスープ (人参、玉ねぎ、長ねぎ、たら)	たら雑炊 牛乳、果物
2,16 30	金	かゆ、煮魚 さつまいもの甘煮 味噌汁	かゆ、煮魚(生鮭) さつまいもの甘煮(さつまいも) 味噌汁(冬瓜、人参、長ねぎ)	軟飯 煮魚、さつまいもの甘煮 冬瓜の味噌汁 マカロニのケチャップ煮	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
3 17	土	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(冬瓜、人参) 野菜スープ(玉ねぎ、人参、じゃがいも)	軟飯、煮魚、野菜の煮物 ジュリアンスープ 人参の甘煮	野菜雑炊 (人参、玉ねぎ、冬瓜)	野菜雑炊 麦茶
5	月	かゆ 野菜の煮物 (人参玉ねぎマッシュルーム) 野菜スープ	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) 野菜スープ(えのき、もやし、人参)	軟飯、鶏ひき肉と野菜の煮物 えのきともやしの野菜スープ ブロッコリーソテー	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
6 20	火	かゆ、煮魚 煮ひたし 味噌汁	かゆ、煮魚(生鮭) 煮ひたし(キャベツ、もやし) 味噌汁(かぼちゃ、人参)	軟飯、煮魚、煮ひたし かぼちゃの味噌汁 かき揚げ	かゆ、煮ひたし(人参、玉ねぎ) 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	水	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、玉ねぎ) 味噌汁(大根、人参)	軟飯、豆腐と野菜の煮物 大根と人参の味噌汁 かぼちゃの甘煮	かゆ、かぼちゃの甘煮(かぼちゃ) 鮭入りスープ (大根、人参、長ねぎ、生鮭)	鮭雑炊 牛乳、果物
8	木	かゆ 野菜の煮物 (人参玉ねぎ、もやし、わかめ) 野菜スープ	かゆ 鶏ひき肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、もやし、わかめ) 野菜スープ(チンゲン菜、人参、春雨)	軟飯 鶏ひき肉と野菜の煮物 はるさめ中華スープ さつまいもの夕煮	かゆ、さつまいもの甘煮(さつまいも) 白身魚入りスープ (大根、人参、長ねぎ、白身魚)	白身魚雑炊 牛乳、果物
9	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、ひじき) 味噌汁(玉ねぎ、人参)	軟飯、煮魚、煮ひたし 玉ねぎと人参の味噌汁 りんごの甘煮	かゆ、野菜の煮物(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
10 24	土	かゆ、煮魚 かぼちゃの甘煮 野菜スープ	かゆ、煮魚(白身魚) かぼちゃの甘煮(かぼちゃ) 野菜スープ(玉ねぎ、人参、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 麦茶
12 26	月	かゆ 野菜の煮物 (人参玉ねぎ、キャベツ) 味噌汁	かゆ、鶏ひき肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、キャベツ) 味噌汁(大根、長ねぎ)	軟飯、鶏ひき肉と野菜の煮物 大根と厚揚げの味噌汁 ジャーマンポテト	かゆ 野菜の煮物(じゃがいも、玉ねぎ) 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
13 27	火	かゆ 豆腐と野菜の煮物 野菜スープ	かゆ、豆腐と野菜の煮物 (豆腐、人参、玉ねぎ、えのき) 野菜スープ(キャベツ、人参、玉ねぎ)	軟飯、豆腐と野菜の煮物 具だくさんスープ 魚の磯辺揚げ	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
14 28	水	かゆ、煮魚 煮ひたし わかめスープ	かゆ、煮魚(白身魚) 煮ひたし(人参、玉ねぎ) わかめスープ(わかめ、大根、長ねぎ)	軟飯、煮魚、煮ひたし わかめスープ 煮豆	かゆ 豆腐の煮物(豆腐) 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
22	木	かゆ ベビーフード 麦茶	かゆ ベビーフード 麦茶	かゆ ベビーフード 麦茶	かゆ 野菜の煮物(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

- 都合により、メニュー、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、中期~後期食と同じです。(豆腐を除く)
- 今月の果物(完了食)は、ぶどう、なし、りんごなどのローテーションとなります。
- 22日(木)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。災害時を想定し、火を使わずに食べられる備蓄がゆ、ベビーフード、麦茶となります。

