

2023年度 9月離乳食献立表

芦花の丘かたるば保育園

	中期	後期	完了期	主な材料				中期	後期	完了期	主な材料		
				エネルギー	パワー	ヘルシー					エネルギー	パワー	ヘルシー
1 15 29 (金)	ごはん まぐろのだし煮 にんじんの白和え 野菜のスープ(汁のみ)	ごはん まぐろのだし煮 にんじんの白和え チンゲン菜の味噌汁 果物	ごはん まぐろのだし煮 にんじんの白和え チンゲン菜の味噌汁 果物	米 さつまいも 片栗粉	まぐろ 豆腐 味噌 牛乳	たまねぎ 人参 絹さや 長ねぎ かぼちゃ チンゲン菜	8 22 (金)	ごはん 炒り豆腐 紅白煮 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 炒り豆腐 紅白煮 なすの味噌汁 果物	ごはん 炒り豆腐 紅白煮 なすの味噌汁 果物	米 小麦粉 里芋	豆腐 かつお節 味噌 牛乳	キャベツ 人参 たまねぎ 長ねぎ トマト 大根
			ふかし芋 牛乳							里芋ごはん 牛乳			
2 16 30 (土)	とろとろ三色にゆう麵 茹でブロッコリー 野菜スープ(汁のみ)	とろとろ三色にゆう麵 茹でブロッコリー 野菜スープ(汁のみ) 果物	とろとろ三色にゆう麵 茹でブロッコリー 野菜スープ(汁のみ) 果物	素麵 小麦粉 コーングリッツ	鶏肉 豆腐 牛乳	たまねぎ 人参 ブロッコリー 小松菜 長ねぎ	9 (土)	野菜煮込みうどん きゅうりサラダ 野菜スープ(汁のみ)	野菜煮込みうどん きゅうりサラダ 野菜スープ(汁のみ) 果物	野菜煮込みうどん きゅうりサラダ 野菜スープ(汁のみ) 果物	米 うどん 小麦粉	鶏肉 豆腐 牛乳	たまねぎ 白菜 人参 きゅうり 長ねぎ わかめ かぼちゃ
			コーン蒸しパン 牛乳							かぼちゃパンケーキ 牛乳			
4 (月)	ごはん 豚肉と野菜の炊き合わせ キャベツとしらすの磯和え 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 豚肉と野菜の炊き合わせ キャベツとしらすの磯和え お麩の味噌汁 果物	ごはん 豚肉と野菜の炊き合わせ キャベツとしらすの磯和え お麩の味噌汁 果物	米 小麦粉 マカロニ	豚肉 しらす 焼き麩 チーズ 味噌 牛乳	ほうれん草 人参 キャベツ たまねぎ 青のり 長ねぎ	11 25 (月)	ごはん 鶏と根菜の煮物 白菜サラダ 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 鶏と根菜の煮物 白菜サラダ かぼちゃの味噌汁 果物	ごはん 鶏と根菜の煮物 白菜サラダ かぼちゃの味噌汁 果物	米 じゃがいも	鶏肉 味噌 ヨーグルト 牛乳 調整粉乳	大根 人参 かぼちゃ 玉ねぎ 白菜 長ねぎ バナナ
			マカロニチーズ 牛乳							バナナヨーグルト 牛乳			
5 19 (火)	ごはん 蒸し鮭 ほうれん草のおかか和え 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 蒸し鮭 ほうれん草のおかか和え 玉ねぎの味噌汁 果物	ごはん 蒸し鮭 ほうれん草のおかか和え 玉ねぎの味噌汁 果物	米 小麦粉	鮭 かつお節 味噌 牛乳	ほうれん草 玉ねぎ 人参 白菜 長ねぎ キャベツ	12 26 (火)	ごはん 蒸しかれい にんじんと小松菜の和え物 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 蒸しかれい にんじんと小松菜の和え物 豆腐の味噌汁 果物	ごはん 蒸しかれい にんじんと小松菜の和え物 豆腐の味噌汁 果物	米 小麦粉	かれい 豆腐 味噌 かつお節 牛乳	人参 小松菜 たまねぎ 白菜 キャベツ 青のり
			キャベツの子ジミ 牛乳							お好み焼き 牛乳			
6 20 (水)	カレーライス風 大根サラダ 野菜スープ(汁のみ)	カレーライス風 大根サラダ 白菜スープ 果物	カレーライス風 大根サラダ 白菜スープ 果物	米 じゃがいも 片栗粉	豚肉 豆腐 チーズ 牛乳	たまねぎ 人参 大根 きゅうり 白菜 長ねぎ かぼちゃ	13 27 (水)	ごはん なすのそぼろ煮 大根といんげんのお浸し 野菜スープ(汁のみ)	ごはん なすのそぼろ煮 大根といんげんのお浸し とろろ昆布のすまし汁 果物	ごはん なすのそぼろ煮 大根といんげんのお浸し とろろ昆布のすまし汁 果物	米 パン 片栗粉	豚肉 豆腐 牛乳	なす ピーマン 大根 いんげん 人参 とろろ昆布 長ねぎ りんご
			じゃがいものチーズ焼き 牛乳							手作りりんごジャムサンド 牛乳			
7 21 (木)	パン 鶏つくね煮 キャベツサラダ さつまいもの豆乳ポターージュ	パン 鶏つくね キャベツサラダ さつまいもの豆乳ポターージュ 果物	パン 鶏つくね キャベツサラダ さつまいもの豆乳ポターージュ 果物	パン 米 さつまいも 片栗粉	鶏肉 豆腐 豆乳 牛乳	人参 たまねぎ キャベツ パプリカ 長ねぎ	14 28 (木)	小松菜の和風スパゲティ キャベツとひじきのサラダ 野菜スープ(汁のみ)	小松菜の和風スパゲティ キャベツとひじきのサラダ 3種の野菜スープ 果物	小松菜の和風スパゲティ キャベツとひじきのサラダ 3種の野菜スープ 果物	スパゲティ 米	豚肉 かつお節 牛乳	小松菜 たまねぎ 人参 キャベツ ひじき 白菜 青のり
			にんじんごはん 牛乳							青のりごはん 牛乳			

- * 主食はそれぞれの発達状況に応じ、調理致します。
- * 食べやすさを考慮し、使用材料に記載がない場合でもとろみ付けに片栗粉を使用する場合があります。
- * 上段が午前食、下段が午後食です。完了期は午前補食を食べます。
- * 離乳期は「主な材料」に記載されている食材から、離乳の段階や発達に合わせて提供します。
- * 今月の魚は かれい まぐろ 鮭 しらすです。段階に応じ使用していきます。
- * 今月の果物はバナナ・りんご・梨・柿等を予定しています。
- * ご不明な点などありましたらお気軽にお尋ねください。
- * 行事、材料等の都合により献立が変更することがありますのでご了承ください。