2026年度　9月離乳食献立表

芦花の丘 かたるば保育園

日 曜日	中期	後期	完了期	午後補食	主な材料 エネルギー	 パワー	 ヘルシー
1 15 29 (火)	そぼろ丼 にんじんとツナの和え物 野菜スープ（汁のみ）	そぼろ丼 にんじんとツナの和え物 ブロッコリーの味噌汁 果物	そぼろ丼 にんじんとツナの和え物 ブロッコリーの味噌汁 果物	ミルクパン 牛乳	米 片栗粉 小麦粉	豚肉　豆腐 ツナ 味噌 脱脂粉乳 牛乳	玉ねぎ 人参 小松菜 ブロッコリー 長ねぎ
2 16 30 (水)	味噌うどん 大根サラダ 野菜スープ（汁のみ）	味噌うどん 大根サラダ 野菜スープ（汁のみ） 果物	味噌うどん 大根サラダ 野菜スープ（汁のみ） 果物	チキンライス 牛乳	うどん 米	豚肉 鶏肉 味噌 牛乳	玉ねぎ 小松菜 人参　きゅうり 長ねぎ 大根　トマト
3 17 (木)	ごはん 蒸し鮭 ほうれんそうの納豆和え 野菜スープ（汁のみ）	ごはん 蒸し鮭 ほうれんそうの納豆和え お麸のすまし汁 果物	ごはん 蒸し鮭 ほうれんそうの納豆和え お麸のすまし汁 果物	紫いもケーキ 牛乳	米 小麦粉 紫芋パウダー 砂糖 油	鮭 納豆 焼き麸 牛乳	ほうれん草 人参 わかめ 長ねぎ 玉ねぎ
4 18 (金)	秋野菜カレー風 ころころ野菜 野菜スープ（汁のみ）	秋野菜カレー風 ころころ野菜 玉ねぎのスープ 果物	秋野菜カレー風 ころころ野菜 玉ねぎのスープ 果物	きなこトースト 牛乳	米 さつまいも パン 砂糖	鶏肉 おから きな粉 牛乳	玉ねぎ　なす トマト　人参 きゅうり 大根　パプリカ 長ねぎ
5 19 (土)	豚肉と豆腐のそうめん 白菜の磯和え 野菜スープ（汁のみ）	豚肉と豆腐のそうめん 白菜の磯和え 野菜スープ（汁のみ） 果物	豚肉と豆腐のそうめん 白菜の磯和え 野菜スープ（汁のみ） 果物	ふかし芋 牛乳	素麺 さつまいも	豚肉 豆腐 牛乳	玉ねぎ 長ねぎ 白菜　きゅうり 人参 青のり
7 (月)	ごはん 豚肉のそぼろ煮 しらすキャベツ 野菜スープ（汁のみ）	ごはん 豚肉のそぼろ煮 しらすキャベツ 小松菜の味噌汁 果物	ごはん 豚肉のそぼろ煮 しらすキャベツ 小松菜の味噌汁 果物	ホットケーキ 牛乳	米 小麦粉 片栗粉	豚肉 しらす 味噌 牛乳	玉ねぎ キャベツ 人参　きゅうり 小松菜 長ねぎ
8 (火)	ごはん 鶏肉のトマト煮 小松菜のお浸し 野菜スープ（汁のみ）	ごはん 鶏肉のトマト煮 小松菜のお浸し 豆腐スープ 果物	ごはん 鶏肉のトマト煮 小松菜のお浸し 豆腐スープ 果物	チーズポテト 牛乳	米 片栗粉 じゃがいも	鶏肉 豆腐 チーズ 牛乳	トマト　人参 小松菜 長ねぎ 玉ねぎ かぼちゃ
9 (水)	ごはん かれいの昆布蒸し さつまいもの煮物 野菜スープ（汁のみ）	ごはん かれいの昆布蒸し さつまいもの煮物 大根の味噌汁 果物	ごはん かれいの昆布蒸し さつまいもの煮物 大根の味噌汁 果物	バナナきなこ 牛乳	米 さつまいも 砂糖	かれい しらす 味噌 きな粉 牛乳	昆布 キャベツ 長ねぎ バナナ 人参　大根
10 24 (木)	ごはん 麸チャンプルー きゅうり和え物 野菜スープ（汁のみ）	ごはん 麸チャンプルー きゅうり和え物 鶏汁 果物	ごはん 麸チャンプルー きゅうり和え物 鶏汁 果物	いももち 牛乳	米 じゃがいも 片栗粉	豚肉　鶏肉 焼き麸 豆腐 かつお節 牛乳	玉ねぎ きゅうり 人参 白菜　長ねぎ 大根
11 25 (金)	ごはん 豆腐と鶏肉の煮物 白菜のおかかまぶし 野菜スープ（汁のみ）	ごはん 豆腐ハンバーグ 白菜のおかかまぶし 大根のすまし汁 果物	ごはん 豆腐ハンバーグ 白菜のおかかまぶし 大根のすまし汁 果物	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	米 片栗粉 小麦粉	鶏肉 豆腐 かつお節 牛乳	人参 大根 かぼちゃ 長ねぎ 玉ねぎ　白菜
12 26 (土)	豚肉とわかめのにゅう麺 かぼちゃの煮物 野菜スープ（汁のみ）	豚肉とわかめのにゅう麺 かぼちゃの煮物 野菜スープ（汁のみ） 果物	豚肉とわかめのにゅう麺 かぼちゃの煮物 野菜スープ（汁のみ） 果物	りんごヨーグルト 牛乳	素麺	豚肉 味噌 豆腐 ヨーグルト 牛乳	大根 かぼちゃ　玉ねぎ わかめ りんご 長ねぎ
14 28 (月)	パン 鶏肉と玉ねぎのとろみ煮 ポテトサラダ 野菜スープ（汁のみ）	パン 鶏肉と玉ねぎのとろみ煮 ポテトサラダ キャベツスープ 果物	パン 鶏肉と玉ねぎのとろみ煮 ポテトサラダ キャベツスープ 果物	ピラフ 牛乳	パン じゃがいも 米 片栗粉	鶏肉 豆腐 牛乳	玉ねぎ ブロッコリー 人参　キャベツ ピーマン 長ねぎ

＊主食は離乳食の進み具合に応じ、つぶし粥、１０倍粥、７倍粥、５倍粥、軟飯、普通炊きを提供します。
＊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・鮭・しらす・たらです。段階に応じ使用していきます。
＊今月の果物はりんご、梨、柑橘、すいか、メロン、バナナ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。