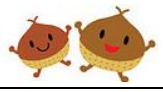
２０２５年度　９月離乳食献立表



芦花の丘かたるぱ保育園

	中期	後期	完了期	主な材料 エネルギー	パワー	ヘルシー		中期	後期	完了期	主な材料 エネルギー	パワー	ヘルシー
１ ２９ (月)	ごはん 蒸しかれい 小松菜と人参のだし煮 野菜スープ（汁のみ）	ごはん 蒸しかれい 小松菜と人参のだし煮 さつまいもの味噌汁 果物	ごはん 蒸しかれい 小松菜と人参のだし煮 さつまいもの味噌汁 果物	米 さつまいも パン 砂糖	かれい 味噌 きな粉 牛乳	小松菜 人参 玉ねぎ 長ねぎ	８ ２２ (月)	ごはん 納豆と豆腐のふわふわ煮 さつまいもの煮物 野菜スープ（汁のみ）	ごはん 納豆と豆腐のふわふわ焼き さつまいもの煮物 白菜の味噌汁 果物	ごはん 納豆と豆腐のふわふわ焼き さつまいもの煮物 白菜の味噌汁 果物	米 片栗粉 さつまいも 里芋 パン	納豆 豆腐 味噌 牛乳	青のり 玉ねぎ 人参 白菜 長ねぎ バナナ
			きなこフレンチトースト 牛乳							バナナジャムサンド 牛乳			
２ １６ ３０ (火)	ごはん 鶏肉と野菜のとろとろ煮 キャベツのヨーグルト和え 野菜スープ（汁のみ）	ごはん チキンボール キャベツのヨーグルト和え オニオンスープ 果物	ごはん チキンボール キャベツのヨーグルト和え オニオンスープ 果物	米 片栗粉 じゃがいも	鶏肉 豆腐 ヨーグルト チーズ 牛乳	人参 玉ねぎ キャベツ かぼちゃ りんご 長ねぎ	９ (火)	ごはん なすそぼろ煮 キャベツナ和え 野菜スープ（汁のみ）	ごはん なすそぼろ煮 キャベツナ和え 豆腐汁 果物	ごはん なすそぼろ煮 キャベツナ和え 豆腐汁 果物	米 片栗粉 じゃがいも	豚肉 ツナ 豆腐 チーズ 牛乳	なす ひじき 玉ねぎ キャベツ 人参 長ねぎ 青のり
			ベイクドポテト 牛乳							じゃガレット 牛乳			
３ １７ (水)	豆乳肉うどん ゆで野菜 野菜スープ（汁のみ）	豆乳肉みそうどん ゆで野菜 野菜スープ（汁のみ） 果物	豆乳肉みそうどん ゆで野菜 野菜スープ（汁のみ） 果物	うどん さつまいも 米	豚肉 豆乳 味噌 鰹 牛乳	玉ねぎ ほうれん草 ブロッコリー 人参 青のり 長ねぎ	１０ ２４ (水)	トマトチーズパン チキン豆腐煮 さつまいもサラダ 野菜スープ（汁のみ）	トマトチーズパン チキンナゲット さつまいもサラダ 野菜スープ 果物	トマトチーズパン チキンナゲット さつまいもサラダ 野菜スープ 果物	パン 鶏肉 片栗粉 さつまいも 米	チーズ 鶏肉 豆腐 牛乳	トマト 玉ねぎ 人参 ブロッコリー キャベツ 長ねぎ パセリ
			かつおめし 牛乳							人参炊き込みごはん 牛乳			
４ １８ (木)	ごはん 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 大根青のり和え 野菜スープ（汁のみ）	ごはん のし焼 大根青のり和え 味噌ちゃんこ汁 果物	ごはん のし焼 大根青のり和え 味噌ちゃんこ汁 果物	米 片栗粉 さつまいも	鶏肉 おから 豆腐 味噌 牛乳	玉ねぎ 人参 大根 青のり 白菜 長ねぎ	１１ ２５ (木)	ごはん 蒸し鮭 ほうれん草の白和え 野菜スープ（汁のみ）	ごはん 蒸し鮭 ほうれん草の白和え 呉汁 果物	ごはん 蒸し鮭 ほうれん草の白和え 呉汁 果物	米 うどん	鮭 豆腐 おから 大豆 味噌 焼き麸 牛乳	ほうれん草 人参 大根 なす わかめ 玉ねぎ 長ねぎ
			冷やし芋 牛乳							わかめうどん 牛乳			
５ １９ (金)	鮭のポロポロ丼 豆腐のだし煮 粉ふき芋 野菜スープ（汁のみ）	鮭のポロポロ丼 豆腐のだし煮 粉ふき芋 お麸のすまし汁 果物	鮭のポロポロ丼 豆腐のだし煮 粉ふき芋 お麸のすまし汁 果物	米 じゃがいも 砂糖	鮭 しらす 豆腐 焼き麸 きな粉 牛乳	人参 ほうれん草 大根 玉ねぎ 長ねぎ	１２ ２６ (金)	さつまいもカレー風 温野菜 野菜スープ（汁のみ）	さつまいもカレー風 温野菜 野菜スープ（汁のみ） 果物	さつまいもカレー風 温野菜 野菜スープ（汁のみ） 果物	米 さつまいも 小麦粉	鶏肉 おから チーズ 牛乳	玉ねぎ　長ねぎ なす 人参　大根 トマト ブロッコリー かぼちゃ 青のり
			きなこごはん（おはぎ風） 牛乳							青のりパンケーキ 牛乳			
６ ２０ (土)	野菜煮込みうどん かぼちゃ煮 野菜スープ（汁のみ）	野菜煮込みうどん かぼちゃ煮 野菜スープ（汁のみ） 果物	野菜煮込みうどん かぼちゃ煮 野菜スープ（汁のみ） 果物	うどん 小麦粉 砂糖	豚肉 豆腐 牛乳 おから	キャベツ 玉ねぎ 人参 長ねぎ かぼちゃ りんご	１３ ２７ (土)	豚汁にゅう麺 粉ふき芋 野菜スープ（汁のみ）	豚汁にゅう麺 粉ふき芋 野菜スープ（汁のみ） 果物	豚汁にゅう麺 粉ふき芋 野菜スープ（汁のみ） 果物	素麺 じゃがいも 小麦粉 砂糖	豚肉 焼き麸 味噌 チーズ 牛乳	玉ねぎ 人参 わかめ 青のり 長ねぎ
			りんご蒸しパン 牛乳							チーズ蒸しパン 牛乳			

＊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、ごはんを提供します。
＊上段が午前食、下段が午後補食です。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　鮭　しらす　かつお　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・すいか・梨・柑橘類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。