

平成29年

9月の離乳食予定献立表

沼間愛児園

日	曜	午前食				主な材料 午前食	午後食			主な材料 午後食
		ごっくん期 (A)	もぐもぐ期 (B)	かみかみ期 (C)	ぱくぱく期 (D)		B	C	D	
1	金	粥 かぼちゃ 大根スープ	粥 ささみのおろし煮 かぼちゃの煮物 麩のみそ汁	粥 ささみのおろし煮 かぼちゃの煮物 麩のみそ汁	軟飯 ささみのおろし煮 かぼちゃの煮物 麩のみそ汁	ささみ 大根 かぼちゃ 麩	たまごとチンゲン菜のおじや 人参甘煮・白菜お浸し			たまご チンゲン菜 人参 白菜
2	土	粥 人参 きゃべつのスープ	野菜おじや わかめのスープ 果物	野菜おじや わかめのスープ 果物	野菜おじや わかめのスープ 果物	人参 きゃべつ わかめ オレンジ	しらすおじや 野菜スープ			しらす 人参 玉葱 人参 いんげん
4	月	粥 じゃがいも ほうれんそうのみそ汁	粥 卵とほうれんそうの和え物 じゃがいもと玉葱のみそ汁	粥 たまごほうれんそうの和え物 じゃがいもと玉葱のみそ汁	軟飯 干草焼き じゃがいもと玉葱のみそ汁	たまご (D全卵) チーズ ほうれんそう じゃがいも 玉葱	けんちんうどん かぶ・ブロッコリー			豆腐 玉葱 きゃべつ かぶ ブロッコリー
5	火	粥 白身魚 白菜の清汁	粥 魚のみそ煮 トマト 白菜の清汁	粥 魚のみそ煮 トマト 白菜の清汁	軟飯 魚のみそ煮 トマト 白菜の清汁	カレイ トマト 白菜	野菜おじや かぼちゃの煮物	野菜おやき かぼちゃの煮物	人参 いんげん かぼちゃ	
6	水	粥 さつまいも 人参	冷やしうどん 人参甘煮・さつまいも	冷やしうどん 人参甘煮・さつまいも	冷やしうどん 人参甘煮・さつまいも	うどん きゃべつ 玉葱 人参 さつまいも	ささみと人参のおじや 大根のみそ煮	ささみの炊きこみごはん 大根のみそ煮	ささみ 人参 大根	
7	木	粥 豆腐 かぼちゃのスープ	粥 豆腐野菜あんかけ かぼちゃ わかめのみそ汁	粥 豆腐野菜あんかけ かぼちゃ わかめのみそ汁	軟飯 豆腐野菜あんかけ かぼちゃ わかめのみそ汁	豆腐 チンゲン菜 人参 かぼちゃ わかめ	きなこパン粥 白菜・りんごコンポート	きなこサンド 白菜・りんごコンポート	食パン きなこ 白菜 りんご	
8	金	粥 じゃがいも 大根	パン粥 じゃがいもとささみのトマト煮 大根スティック	パン粥 じゃがいもとささみのトマト煮 大根スティック	食パン じゃがいもとささみのトマトスープ 大根スティック	食パン ささみ トマト じゃがいも 大根	しらすおじや ほうれんそうと人参の和え物	しらすごはん ほうれんそうと人参の和え物	しらす ほうれんそう 人参	
9	土	粥 人参 かぶのスープ	かぼちゃとさつまいものおじや 白身魚と野菜の洋風煮込み	かぼちゃとさつまいものおじや 白身魚と野菜の洋風煮込み	かぼちゃとさつまいものおじや 白身魚と野菜の洋風煮込み	かぼちゃ さつまいも 人参 玉葱 かぼちゃ じゃがいも たら	リゾット りんご煮			ひらめ チーズ 人参 玉葱 りんご
11	月	粥 豆腐 大根のみそ汁	粥 豆腐と野菜の煮物 トマト 大根のみそ汁	粥 豆腐ハンバーグ トマト 大根のみそ汁	軟飯 豆腐ハンバーグ トマト 大根のみそ汁	豆腐 人参 (CDパン粉) トマト 大根	かぼちゃパン粥 白菜とチンゲン菜の和え物	かぼちゃサンド 白菜とチンゲン菜の和え物	食パン かぼちゃ 白菜 チンゲン菜	
12	火	粥 人参 きゃべつのスープ	パン粥 ささみの野菜蒸し きゃべつのスープ	パン粥 ささみの野菜蒸し きゃべつのスープ	食パン ささみの野菜蒸し きゃべつのスープ	食パン ささみ 人参 玉葱 きゃべつ	みそおじや かぶの煮物			人参 玉葱 ほうれんそう かぶ
13	水	粥 豆腐 じゃがいも	粥 豆腐たまごあんかけ ブロッコリー 玉葱のみそ汁	粥 豆腐のたまごあんかけ ブロッコリー 玉葱のみそ汁	軟飯 豆腐入りたまご焼き ブロッコリー 玉葱のみそ汁	豆腐 たまご (CDパン粉 パター) ブロッコリー 玉葱	りんごパン粥 じゃがいもと人参の煮物	りんごサンド じゃがいもと人参のソテー	食パン りんご じゃがいも 人参	
14	木	粥 人参 さつまいも	煮込みうどん さつまいもの煮物 果物	煮込みうどん さつまいもの煮物 果物	煮込みうどん さつまいもの煮物 果物	うどん 人参 玉葱 さつまいも パナナ	トマトリゾット 大根とささみの煮物	トマトピラフ 大根とささみの煮物	トマト 玉葱 パター (Dケチャップ) ささみ 大根	
15	金	粥 白身魚 ほうれんそうのみそ汁	粥 煮魚 人参甘煮 麩とほうれんそうのみそ汁	粥 煮魚 人参甘煮 麩とほうれんそうのみそ汁	軟飯 煮魚 人参甘煮 麩とほうれんそうのみそ汁	カレイ 人参 麩 ほうれんそう	にゅうめん ブロッコリーたまごあえ			そうめん 玉葱 白菜 ブロッコリー たまご (D全卵)
16	土	粥 人参 さつまいも	しらすとわかめのうどん かぼちゃ・さつまいも	しらすとわかめのうどん かぼちゃ・さつまいも	しらすとわかめのうどん かぼちゃ・さつまいも	しらす 人参 わかめ かぼちゃ さつまいも	やわらか鶏のおかゆ 白身魚と野菜の洋風煮込み			玉葱 人参 鶏肉 人参 玉葱 かぼちゃ じゃがいも たら
19	火	粥 豆腐 じゃがいも	ささみとトマトのうどん 粉ふきいも・ブロッコリー	ささみとトマトのうどん 粉ふきいも・ブロッコリー	ささみとトマトのうどん 粉ふきいも・ブロッコリー	うどん ささみ トマト ブロッコリー じゃがいも	豆腐あんかけ粥 さつまいもの煮物	豆腐あんかけ丼 さつまいもの煮物	豆腐 チンゲン菜 さつまいも	
20	水	粥 白身魚 かぼちゃのスープ	粥 魚のおろし煮 かぼちゃの煮物 わかめのみそ汁	粥 魚のおろし煮 かぼちゃの煮物 わかめのみそ汁	軟飯 魚のおろし煮 かぼちゃの煮物 わかめのみそ汁	カレイ 大根 かぼちゃ わかめ	野菜うどん かぶのグラッセ			うどん 人参 玉葱 白菜 かぶ パター
21	木	粥 ほうれんそう 人参のスープ	パン粥 ささみとほうれんそうの和え物 玉葱と人参のスープ	パン粥 ささみとほうれんそうのソテー 玉葱と人参のスープ	食パン ささみとほうれんそうのソテー 玉葱と人参のスープ	食パン ささみ ほうれんそう 玉葱 人参	きなこ粥 きゃべつのお浸し・トマト	きなこおはぎ きゃべつのお浸し・トマト	きなこ きゃべつ トマト	
22	金	粥 さつまいも 白菜のみそ汁	二色粥 さつまいもの煮物 白菜のみそ汁	二色粥 さつまいもの煮物 白菜のみそ汁	二色ごはん さつまいもの煮物 白菜のみそ汁	たまご しらす さつまいも 白菜	人参リゾット 大根と白菜の煮物	人参ピラフ 大根と白菜の煮物	人参 パター 大根 白菜	
25	月	粥 大根 きゃべつのみそ汁	粥 ささみと野菜の煮物 きゃべつの味噌汁	粥 ささみと野菜の煮物 きゃべつの味噌汁	軟飯 ささみと野菜の煮物 きゃべつの味噌汁	ささみ 大根 人参 きゃべつ	ほうれんそうとしらすのお粥 ブロッコリー・トマト	ほうれんそうとしらすのごはん ブロッコリー・トマト	しらす ほうれんそう ブロッコリー トマト	
26	火	うどん じゃがいも 人参	たまごとわかめのうどん じゃがいもの煮物 果物	たまごとわかめのうどん じゃがいもの煮物 果物	たまごとわかめのうどん じゃがいもの煮物 果物	うどん たまご わかめ じゃがいも りんご	チーズパン粥 白菜と人参のあえもの	チーズサンド 白菜と人参のソテー	食パン チーズ 白菜 人参	
27	水	パン粥 白身魚 きゃべつのスープ	パン粥 魚の野菜バター蒸し きゃべつとトマトのスープ	パン粥 魚の野菜バター蒸し きゃべつとトマトのスープ	食パン 魚の野菜バター蒸し きゃべつとトマトのスープ	食パン カレイ 人参 玉葱 パター きゃべつ トマト	ささみといんげんのおじや さつまいもの煮物	ささみといんげんのごはん さつまいもの煮物	ささみ いんげん さつまいも	
28	木	粥 豆腐 人参スープ	粥 豆腐と野菜の煮物 大根金平 玉葱のみそ汁	粥 豆腐ボール 大根金平 玉葱のみそ汁	軟飯 豆腐ボール 大根金平 玉葱のみそ汁	豆腐 人参 (CDパン粉) 大根 玉葱	ほうとううどん かぶの煮物			うどん かぼちゃ ほうれんそう かぶ
29	金	粥 さつまいも ほうれんそうのみそ汁	粥 ささみのたまごあんかけ さつまいもの煮物 ほうれんそうのみそ汁	粥 ささみのたまごあんかけ さつまいもの煮物 ほうれんそうのみそ汁	軟飯 ささみのたまごあんかけ さつまいもの煮物 ほうれんそうのみそ汁	ささみ たまご さつまいも ほうれんそう	りんごパン粥 人参グラッセ・ブロッコリー	りんごジャムサンド 人参グラッセ・ブロッコリー	食パン りんご 人参 パター ブロッコリー	
30	土	うどん じゃがいも きゃべつ	しらすとわかめのうどん 粉ふきいも 果物	しらすとわかめのうどん 粉ふきいも 果物	しらすとわかめのうどん 粉ふきいも 果物	しらす 人参 わかめ じゃがいも オレンジ	やわらか鶏のおかゆ 白身魚と野菜の洋風煮込み			玉葱 人参 鶏肉 人参 玉葱 かぼちゃ じゃがいも たら

E食の午前食は乳児食と同じです。

