

平成30年

# 9月の離乳食予定献立表

沼間愛児園

日	曜	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)	主な材料 午前食	B	C	
1	土	粥 かぶ ほうれんそうのスープ	野菜うどん かぶと人参の煮物	野菜うどん かぶと人参の煮物	野菜うどん かぶと人参の煮物	うどん きゃべつ 玉葱 かぶ 人参			
3	月	粥 大根 きゃべつのスープ	粥 煮魚 じゃがいもの煮物 きゃべつと玉葱の味噌汁	粥 煮魚 じゃがいもの煮物 きゃべつと玉葱の味噌汁	軟飯 煮魚 じゃがいもの煮物 きゃべつと玉葱の味噌汁	カレー じゃがいも 玉葱 きゃべつ	野菜おじや 大根の煮物	野菜おやき 大根きんぴら	人参 いんげん 大根
4	火	粥 豆腐 人参のスープ	冷やしうどん さつまいもの煮物 果物	冷やしうどん さつまいもの煮物 果物	冷やしうどん さつまいもの煮物 果物	うどん ささみ 人参 白菜 さつまいも オレンジ	みそおじや かぶの煮物		人参 玉葱 かぶ
5	水	粥 じゃがいも きゃべつのスープ	パン粥 肉団子と野菜のスープ煮 ブロッコリー	パン粥 肉団子と野菜のスープ煮 ブロッコリー	食パン 肉団子と野菜のスープ ブロッコリー	食パン 鶏胸肉 片栗粉 玉葱 きゃべつ ブロッコリー	トマトリゾット じゃがいも	トマトピラフ 粉ふきいも	玉葱 トマト (Dバター・ケチャップ) じゃがいも
6	木	粥 じゃがいも きゃべつのスープ	豆腐あんかけ粥 かぼちゃの煮物 かぶの味噌汁	豆腐あんかけ粥 かぼちゃの煮物 かぶの味噌汁	豆腐あんかけ丼 かぼちゃの煮物 かぶの味噌汁	豆腐 小松菜 かぼちゃ かぶ	にゅうめん 白菜としらすの和え物		そうめん 人参 玉葱 白菜 しらす
7	金	粥 白身魚 人参のスープ	粥 ささみの野菜蒸し トマト 大根の味噌汁	粥 ささみの野菜蒸し トマト 大根の味噌汁	軟飯 ささみの野菜蒸し トマト 大根の味噌汁	ささみ 人参 玉葱 トマト 大根	きなこパン粥 じゃがいもとほうれんそうの和え物	きなこサンド じゃがいもとほうれんそうのソテー	食パン きなこ じゃがいも ほうれんそう
8	土	粥 かぼちゃ 白菜のスープ							
10	月	粥 じゃがいも 人参のスープ	マーボー粥 ほうれんそうお浸し 大根とトマトのスープ	マーボー粥 ほうれんそうお浸し 大根とトマトのスープ	マーボーどんぶり ほうれんそうお浸し 大根とトマトのスープ	鶏胸肉 豆腐 玉葱 ほうれんそう 大根 トマト	人参粥 白菜・さつまいも	人参ごはん 白菜・さつまいも	人参 白菜 さつまいも
11	火	粥 豆腐 じゃがいものスープ	みそうどん かぼちゃの煮物 果物	みそうどん かぼちゃの煮物 果物	みそうどん かぼちゃの煮物 果物	うどん 人参 チンゲン菜 かぼちゃ パナナ	野菜おじや かぶの煮物	野菜チヂミ かぶの煮物	じゃがいも きゃべつ 玉葱 (Dあおのり) かぶ
12	水	粥 人参 きゃべつのスープ	粥 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ ブロッコリー わかめと玉葱の味噌汁	粥 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ ブロッコリー わかめと玉葱の味噌汁	軟飯 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ ブロッコリー わかめと玉葱の味噌汁	軟飯 豆腐 鶏胸肉 (CDパン粉) ブロッコリー わかめ 玉葱	しらすおじや じゃがいもと人参の煮物	甘辛しらすごはん じゃがいもと人参の煮物	しらす じゃがいも 人参
13	木	粥 じゃがいも 白菜のスープ	粥 ささみのみぞれ煮 きゃべつと人参のスープ	粥 ささみのみぞれ煮 きゃべつと人参のスープ	軟飯 ささみのみぞれ煮 きゃべつと人参のスープ	ささみ かぶ きゃべつ 人参	煮こみうどん かぼちゃの煮物		うどん 人参 玉葱 かぼちゃ
14	金	粥 かぼちゃ 人参のスープ	粥 魚の味噌煮 さつまいもの煮物 白菜のスープ	粥 魚の味噌煮 さつまいもの煮物 白菜のスープ	軟飯 魚の味噌煮 さつまいもの煮物 白菜のスープ	カレー さつまいも 白菜	豆腐あんかけ粥 大根の煮物・トマト	豆腐あんかけ丼 大根の煮物・トマト	豆腐 人参 チンゲン菜 大根 トマト
15	土	粥 豆腐 じゃがいものスープ							
18	火	粥 じゃがいも 白菜のスープ	たらと人参のお粥 トマト きゃべつ味噌汁	たらと人参のお粥 トマト きゃべつ味噌汁	たらの炊きこみごはん トマト きゃべつ味噌汁	たら 人参 トマト きゃべつ	きなこ粥 ブロッコリー・さつまいも	きなこおはぎ ブロッコリー・さつまいも	きなこ ブロッコリー さつまいも
19	水	粥 じゃがいも きゃべつのスープ	しらすと人参の粥 じゃがいもと玉葱の味噌汁	しらすと人参の粥 じゃがいもと玉葱の味噌汁	しらすと人参のごはん じゃがいもと玉葱の味噌汁	しらす 人参 じゃがいも 玉葱	チーズパン粥 かぶ・白菜	チーズサンド かぶ・白菜	食パン チーズ かぶ 白菜
20	木	粥 白身魚 ほうれんそうのスープ	野菜おじや ブロッコリーのおかか和え	野菜おじや ブロッコリーのおかか和え	野菜おじや ブロッコリーのおかか和え	大根 人参 いんげん ブロッコリー (Dかつおぶし)	ささみと野菜のうどん かぼちゃ・トマト		うどん ささみ 人参 玉葱 かぼちゃ トマト
21	金	粥 豆腐 さつまいものスープ	粥 肉団子と野菜のスープ煮 さつまいも	粥 肉団子と野菜のスープ煮 さつまいも	軟飯 肉団子と野菜のスープ さつまいも	鶏胸肉 片栗粉 玉葱 きゃべつ さつまいも	わかめおじや 豆腐と野菜の煮物		わかめ 玉葱 豆腐 人参 かぶ
22	土	粥 きゃべつ 人参のスープ							
25	火	粥 かぶ じゃがいものスープ	野菜うどん ブロッコリー 果物	野菜うどん ブロッコリー 果物	野菜うどん ブロッコリー 果物	うどん 人参 玉葱 きゃべつ ブロッコリー オレンジ	さつまいものお粥 白菜と人参のお浸し	さつまいものごはん 白菜と人参のお浸し	さつまいも 白菜 人参
26	水	粥 豆腐 じゃがいものスープ	粥 豆腐ボール かぼちゃ かぶの味噌汁	粥 豆腐ボール かぼちゃ かぶの味噌汁	軟飯 豆腐ボール かぼちゃ かぶの味噌汁	豆腐 人参 (CDパン粉) かぼちゃ かぶ	野菜リゾット ほうれんそうお浸し	野菜ピラフ ほうれんそうお浸し	玉葱 いんげん トマト (Dケチャップ・バター) ほうれんそう
27	木	粥 じゃがいも 人参のスープ	粥 魚の野菜蒸し さつまいも 豆腐の味噌汁	粥 魚の野菜蒸し さつまいも 豆腐の味噌汁	軟飯 魚の野菜蒸し さつまいも 豆腐の味噌汁	カレー 人参 玉葱 さつまいも 豆腐	りんごパン粥 肉団子のスープ煮	りんごサンド 肉団子のスープ	食パン りんごジャム 鶏胸肉 玉葱 片栗粉 人参 きゃべつ
28	金	粥 さつまいも きゃべつのスープ	ささみといんげんのお粥 トマト じゃがいもの味噌汁	ささみといんげんのお粥 トマト じゃがいもの味噌汁	ささみの炊きこみごはん トマト じゃがいもの味噌汁	ささみ いんげん トマト じゃがいも	ほうとう風うどん ブロッコリー・かぶ		うどん かぼちゃ 人参 ブロッコリー かぶ
29	土	粥 白身魚 じゃがいものスープ							

ぱくぱくD(後期)の午前食は乳児食と同じです。