

令和元年

# 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)	ばくばく期 (D)		B	C	D	
2	月	粥 人参 きゃべつのスープ	パン粥 鶏と野菜のスープ ブロッコリー	パン粥 肉団子と野菜のスープ 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 玉葱 きゃべつ 人参 ブロッコリー	かぼちゃ粥 豆腐と白菜の煮物	かぼちゃごはん 豆腐と白菜の煮物	かぼちゃ 豆腐 白菜	
3	火	粥 大根 ほうれんそうのスープ	粥 煮魚 人参甘煮 大根とほうれんそうの味噌汁	粥 煮魚 人参甘煮 大根とほうれんそうの味噌汁	軟飯 煮魚 人参甘煮 大根とほうれんそうの味噌汁	カレー 人参 大根 ほうれんそう	チーズパン粥 じゃがいもと野菜の煮物	チーズサンド じゃがいものソテー	食パン チーズ じゃがいも 人参 玉葱	
4	水	粥 さつまいも 白菜スープ	豆腐あんかけ粥 さつまいもの煮物 白菜の味噌汁	豆腐あんかけ粥 さつまいもの煮物 白菜の味噌汁	豆腐丼 さつまいもの煮物 白菜の味噌汁	豆腐 玉葱 小松菜 さつまいも 白菜	ささみといんげんのお粥 かぶとトマトの煮物	ささみの炊きこみごはん かぶとトマトの煮物	ささみ いんげん かぶ トマト	
5	木	粥 かぼちゃ 大根のスープ	そぼろあんかけうどん かぼちゃの煮物 果物	そぼろあんかけうどん かぼちゃの煮物 果物	そぼろあんかけうどん かぼちゃの煮物 果物	うどん 鶏胸肉 玉葱 かぼちゃ オレンジ	人参粥 大根の煮物・ブロッコリー	人参ごはん 大根の煮物・ブロッコリー	人参 大根 ブロッコリー	
6	金	粥 じゃがいも 人参のスープ	粥 ささみと野菜の煮物 トマト わかめの味噌汁	粥 ささみと野菜の煮物 トマト わかめの味噌汁	軟飯 ささみと野菜の煮物 トマト わかめの味噌汁	ささみ じゃがいも 人参 トマト わかめ	きなこパン粥 きゃべつと小松菜の和え物	きなこサンド きゃべつと小松菜の和え物	食パン きなこ きゃべつ 小松菜	
7	土	粥 さつまいも 白菜のスープ	さつまいも粥 貝たくさん汁	さつまいも粥 貝たくさん汁	さつまいものごはん 貝たくさん汁	さつまいも 人参 玉葱 白菜	しらすおじや 彩野菜の汁椀		しらす 人参 玉葱 きゃべつ 人参 いんげん 玉葱 じゃがいも	
9	月	粥 さつまいも きゃべつのスープ	そぼろあんかけ粥 さつまいもの煮物 きゃべつの味噌汁	そぼろあんかけ粥 さつまいもの煮物 きゃべつの味噌汁	そぼろあんかけ丼 さつまいもの煮物 きゃべつの味噌汁	鶏胸肉 玉葱 さつまいも きゃべつ	りんごパン粥 ブロッコリー・人参	りんごサンド ブロッコリーソテー・人参	食パン りんご ブロッコリー 人参	
10	火	粥 白身魚 人参スープ	パン粥 白身魚の野菜蒸し かぶのスープ 果物	パン粥 白身魚の野菜蒸し かぶのスープ 果物	食パン 鮭のバター蒸し かぶのスープ 果物	食パン (BCカレイ) 人参 玉葱 (D鮭・バター) かぶ バナナ	わかめ粥 ほうれんそうお浸し・トマト	五平もち ほうれんそうお浸し・トマト	(BC わかめ) ほうれんそう トマト	
11	水	粥 豆腐 白菜のスープ	粥 豆腐と野菜の煮物 ブロッコリー 白菜の味噌汁	粥 豆腐ボール ブロッコリー 白菜の味噌汁	軟飯 豆腐ボール ブロッコリー 白菜の味噌汁	豆腐 人参 (CDパン粉) ブロッコリー 白菜	ささみあんかけお粥 さつまいもの煮物	ささみあんかけごはん さつまいもの煮物	ささみ 人参 きゃべつ さつまいも	
12	木	粥 かぼちゃ きゃべつのスープ	みそうどん トマト かぼちゃの煮物	みそうどん トマト かぼちゃの煮物	みそうどん トマト かぼちゃの煮物	うどん 鶏胸肉 人参 きゃべつ トマト かぼちゃ	二色粥 大根の煮物	二色ごはん 大根の煮物	しらす 人参 大根	
13	金	粥 じゃがいも 大根のスープ	粥 ささみおろし煮 じゃがいもの煮物 玉葱とほうれんそうの味噌汁	粥 ささみおろし煮 じゃがいもの煮物 玉葱とほうれんそうの味噌汁	軟飯 ささみおろし煮 じゃがいもの煮物 玉葱とほうれんそうの味噌汁	ささみ 大根 じゃがいも 玉葱 ほうれんそう	チーズおじや 人参甘煮・白菜お浸し	チーズお焼き 人参甘煮・白菜お浸し	チーズ (青のりD) 人参 白菜	
14	土	粥 人参 白菜のスープ	貝たくさんうどん トマト 果物	貝たくさんうどん トマト 果物	貝たくさんうどん トマト 果物	うどん 人参 大根 白菜 トマト バナナ	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	
17	火	粥 豆腐 さつまいものスープ	マーボー粥 さつまいもの煮物 人参とわかめのスープ	マーボー粥 さつまいもの煮物 人参とわかめのスープ	マーボーどんぶり さつまいもの煮物 人参とわかめのスープ	鶏胸肉 豆腐 玉葱 さつまいも 人参 わかめ	チーズパン粥 ほうれんそう・かぶ	チーズサンド ほうれんそうソテー・かぶ	食パン チーズ ほうれんそう かぶ	
18	水	粥 じゃがいも きゃべつのスープ	ささみときゃべつのお粥 じゃがいも トマト	ささみときゃべつのお粥 粉ふきいも トマト	ささみときゃべつのお粥 粉ふきいも トマト	うどん ささみ きゃべつ じゃがいも トマト	甘辛しらす粥 白菜と人参のお浸し	甘辛しらすごはん 白菜と人参のおかかあえ	しらす 白菜 人参 (Dかつおぶし)	
19	木	粥 大根 ほうれんそうのスープ	粥 豆腐と野菜の煮物 大根とほうれんそうの味噌汁	粥 豆腐ハンバーグ 大根とほうれんそうの味噌汁	軟飯 豆腐ハンバーグ 大根とほうれんそうの味噌汁	豆腐 人参 (CDパン粉) 大根 ほうれんそう	鶏といんげんのお粥 さつまいもの煮物	鶏の炊きこみごはん さつまいもの煮物	鶏胸肉 いんげん さつまいも	
20	金	粥 白身魚 白菜のスープ	パン粥 魚の味噌野菜蒸し 白菜とトマトのスープ	パン粥 魚の味噌野菜蒸し 白菜とトマトのスープ	食パン 魚の味噌野菜蒸し 白菜とトマトのスープ	食パン カレイ 人参 玉葱 白菜 トマト	きなこ粥 ブロッコリー・かぼちゃ	きなこおはぎ ブロッコリー・かぼちゃ	きなこ ブロッコリー・かぼちゃ	
21	土	粥 じゃがいも 人参スープ	野菜おじや じゃがいもの煮物 わかめの味噌汁	野菜おじや じゃがいもの煮物 わかめの味噌汁	野菜おじや じゃがいもの煮物 わかめの味噌汁	人参 玉葱 じゃがいも わかめ	さつまいもとかぼちゃのおかゆ 白身魚と野菜の洋風煮込み		さつまいも かぼちゃ 人参 玉葱 かぼちゃ じゃがいも たら	
24	火	粥 大根 白菜のスープ	粥 魚のみそ煮 大根と人参の煮物 白菜のスープ	粥 魚のみそ煮 大根と人参の煮物 白菜のスープ	軟飯 魚のみそ煮 大根と人参の煮物 白菜のスープ	カレー 大根 人参 白菜	かぼちゃパン粥 きゃべつと小松菜の和え物	かぼちゃサンド きゃべつと小松菜の和え物	食パン かぼちゃ きゃべつ 小松菜	
25	水	粥 かぶ 人参のスープ	粥 トマトのそぼろあんかけ 貝たくさん味噌汁	粥 肉団子のトマト煮 貝たくさん味噌汁	軟飯 肉団子のトマト煮 貝たくさん味噌汁	鶏胸肉 玉葱 トマト (Dケチャップ) 人参 かぶ わかめ	野菜おじや さつまいもの煮物	野菜おやき さつまいもの煮物	人参 いんげん さつまいも	
26	木	粥 豆腐 白菜のスープ	けんちんうどん じゃがいもの煮物 果物	けんちんうどん じゃがいもの煮物 果物	けんちんうどん じゃがいもの煮物 果物	うどん 豆腐 人参 白菜 じゃがいも オレンジ	しらすとわかめのお粥 大根のみそ煮・ブロッコリー	しらすとわかめのごはん 大根のみそ煮・ブロッコリー	しらす わかめ 大根 ブロッコリー	
27	金	粥 さつまいも 大根のスープ	ささみと人参のお粥 さつまいもの煮物 大根の味噌汁	ささみと人参のお粥 さつまいもの煮物 大根の味噌汁	ささみの炊きこみごはん さつまいもの煮物 大根の味噌汁	ささみ 人参 さつまいも 大根	トマトリゾット 白菜とほうれんそうのお浸し	トマトピラフ 白菜とほうれんそうのお浸し	トマト 玉葱 (Dケチャップ) 白菜 ほうれんそう	
28	土	粥 かぶ きゃべつのスープ	みそおじや かぶとわかめのスープ	みそおじや かぶとわかめのスープ	みそおじや かぶとわかめのスープ	人参 玉葱 きゃべつ かぶ わかめ	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	
30	月	粥 かぼちゃ 白菜のスープ	粥 鶏団子とかぼちゃの煮物 ブロッコリー 白菜の味噌汁	粥 鶏団子とかぼちゃの煮物 ブロッコリー 白菜の味噌汁	軟飯 鶏団子とかぼちゃの煮物 ブロッコリー 白菜の味噌汁	鶏胸肉 片栗粉 玉葱 かぼちゃ ブロッコリー 白菜	にゅうめん 大根のみそ煮	にゅうめん 大根のみそ煮	そうめん 人参 玉葱 小松菜 大根	

ばくばく後期 (E) の午前食は乳児食と同じです。