

令和2年

9月の離乳食予定献立表

沼間愛児園

		午前食				主な材料		午後食		主な材料	
日	曜	初期	中期	後期	完了	午前食	中期・後期	完了・移行期	午後食	午後食	
1	火	粥 大根 人参のスープ	そばろ粥 大根と人参の煮物 麩とほうれんそうの味噌汁	粥 鶏団子の煮物 大根と人参の煮物 麩とほうれんそうの味噌汁	軟飯 鶏団子の煮物 大根と人参のきんぴら 麩とほうれんそうの味噌汁	鶏胸肉 片栗粉 玉葱 大根 人参 麩 ほうれんそう	チーズパン粥 じゃがいも・トマト	チーズサンド じゃがいもとトマトのソテー	食パン チーズ じゃがいも トマト (完 ケチャップ)		
2	水	粥 かぼちゃ 白菜のスープ	野菜うどん かぼちゃの煮物 果物	野菜うどん かぼちゃの煮物 果物	野菜うどん かぼちゃの煮物 果物	うどん ささみ 人参 白菜 かぼちゃ オレンジ	たらあんのかけ粥 ブロッコリー	たらあんのかけごはん ブロッコリーのりあえ	たら 人参 白菜 ブロッコリー (完了 のり)		
3	木	粥 豆腐 きゃべつのスープ	豆腐あんかけ粥 トマト きゃべつとじゃがいもの味噌汁	豆腐あんかけ粥 トマト きゃべつとじゃがいもの味噌汁	豆腐丼 トマト きゃべつとじゃがいもの味噌汁	豆腐 小松菜 トマト きゃべつ じゃがいも	ささみとほうれんそうのお粥 かぶと人参の煮物	ささみとほうれんそうのごはん かぶと人参の煮物	ささみ ほうれんそう かぶ 人参		
4	金	粥 白身魚 人参のスープ	軟飯 魚のみそ煮 人参甘煮 白菜と大根のスープ	軟飯 魚のみそ煮 人参甘煮 白菜と大根のスープ	軟飯 魚のみそ煮 人参甘煮 白菜と大根のスープ	カレイ 人参 白菜 大根	きなこ粥 さつまいもの煮物・きゃべつ	きなこおはぎ さつまいもの煮物・きゃべつ	きなこ さつまいも きゃべつ		
5	土	粥 じゃがいも かぶのスープ	野菜おじや じゃがいもとわかめの味噌汁	野菜おじや じゃがいもとわかめの味噌汁	野菜おじや じゃがいもとわかめの味噌汁	人参 玉葱 かぶ じゃがいも わかめ	しらすの雑炊・彩り野菜の汁椀 (中期) まぐろと野菜の炊き込みごはん・筑前煮 (後期・完了)		しらす 人参 きゃべつ じゃがいも まぐろ 人参 里芋 ごぼう		
7	月	粥 豆腐 さつまいものスープ	粥 豆腐のそばろあんかけ さつまいもの煮物 玉葱とわかめの味噌汁	粥 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ さつまいもの煮物 玉葱とわかめの味噌汁	軟飯 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ さつまいもの煮物 玉葱の味噌汁	豆腐 鶏胸肉 (後・完パン粉) さつまいも 玉葱	トマトリゾット かぶの煮物	トマトピラフ かぶの煮物	トマト 玉葱 バター (完ケチャップ) かぶ		
8	火	粥 じゃがいも きゃべつのスープ	ささみときゃべつのうどん 粉ふきいも・トマト	ささみときゃべつのうどん 粉ふきいも・トマト	ささみときゃべつのうどん 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	しらすわかめおじや 大根と人参のみそ煮	しらすわかめごはん 大根と人参のみそ煮	しらす わかめ 大根 人参		
9	水	粥 かぼちゃ ほうれんそうのスープ	粥 豆腐の野菜ソースかけ かぼちゃの煮物 麩とほうれんそうの味噌汁	粥 豆腐ハンバーグ かぼちゃの煮物 麩とほうれんそうの味噌汁	軟飯 豆腐ハンバーグ かぼちゃの煮物 麩とほうれんそうの味噌汁	豆腐 人参 (後・完パン粉) かぼちゃ 麩 ほうれんそう	りんごパン粥 ブロッコリー・白菜	りんごサンド ブロッコリー・白菜	食パン りんご ブロッコリー 白菜		
10	木	粥 白身魚 きゃべつのスープ	パン粥 魚のみそ野菜蒸し きゃべつとかぶのスープ	パン粥 魚のみそ野菜蒸し きゃべつとかぶのスープ	食パン 魚のみそ野菜蒸し きゃべつとかぶのスープ	食パン カレイ 人参 玉葱 バター きゃべつ かぶ	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		
11	金	粥 大根 ほうれんそうのスープ	そばろ粥 ブロッコリー 大根の味噌汁	そばろ粥 ブロッコリー 大根の味噌汁	そばろごはん ブロッコリー 大根の味噌汁	鶏胸肉 ほうれんそう ブロッコリー 大根	人参おじや きゃべつお浸し・かぼちゃの煮物	人参ごはん きゃべつおほかあえ・かぼちゃの煮物	人参 きゃべつ (完 かつおぶし) かぼちゃ		
12	土	粥 豆腐 じゃがいものスープ	豆腐あんかけ粥 じゃがいもの煮物 わかめの味噌汁	豆腐あんかけ粥 じゃがいもの煮物 わかめの味噌汁	豆腐あんかけごはん じゃがいもの煮物 わかめの味噌汁	豆腐 人参 玉葱 じゃがいも わかめ	やわらか鶏のお粥・白身魚と野菜の洋風煮込み (中期) 鶏と野菜のリゾット・鮭のホワイトシチュー (後期・完了)		鶏肉 たら かぼちゃ じゃがいも 鶏肉 鮭 豆乳 じゃがいも		
14	月	粥 人参 きゃべつのスープ	ささみと人参のお粥 トマト きゃべつの味噌汁	ささみと人参のお粥 トマト きゃべつの味噌汁	ささみの炊きこみごはん トマト きゃべつの味噌汁	ささみ 人参 トマト きゃべつ	かぼちゃパン粥 ほうれんそう・かぶ	かぼちゃサンド ほうれんそうソテー・かぶ	食パン かぼちゃ ほうれんそう かぶ		
15	火	粥 じゃがいも 白菜のスープ	みそうどん じゃがいもの煮物 果物	みそうどん じゃがいもの煮物 果物	みそうどん じゃがいもの煮物 果物	うどん 人参 白菜 じゃがいも オレンジ	甘辛しらす粥 大根とブロッコリーの煮物	甘辛しらすごはん 大根とブロッコリーの煮物	しらす 大根 ブロッコリー		
16	水	粥 かぼちゃ ほうれんそうのスープ	粥 かぼちゃのそばろあんかけ ほうれんそうお浸し わかめの味噌汁	粥 かぼちゃのそばろあんかけ ほうれんそうお浸し わかめの味噌汁	軟飯 かぼちゃのそばろあんかけ ほうれんそうお浸し わかめの味噌汁	かぼちゃ 鶏胸肉 ほうれんそう わかめ	きな粉パン粥 きゃべつと人参のあえもの	きなこサンド きゃべつと人参のあえもの	食パン きなこ きゃべつ 人参		
17	木	粥 豆腐 人参のスープ	粥 豆腐の野菜ソースかけ トマト 麩と玉葱の味噌汁	粥 豆腐ボール トマト 麩と玉葱の味噌汁	軟飯 豆腐ボール トマト 麩と玉葱の味噌汁	豆腐 人参 (後・完・パン粉) トマト 麩 玉葱	ささみといんげんのお粥 さつまいもの煮物	ささみの炊きこみごはん さつまいもの煮物	ささみ いんげん さつまいも		
18	金	粥 白身魚 かぶのスープ	パン粥 魚のバター蒸し ブロッコリー かぶの味噌汁	パン粥 魚のバター蒸し ブロッコリー かぶの味噌汁	食パン 鮭のバター蒸し ブロッコリー かぶの味噌汁	食パン カレイ (完了 鮭) 人参 玉葱 バター ブロッコリー かぶ	チーズおじや 白菜と小松菜の煮浸し	チーズお焼き 白菜と小松菜の煮浸し	チーズ (青のり 完) 白菜 小松菜		
19	土	粥 じゃがいも きゃべつのスープ	あんかけ粥 きゃべつの味噌汁	あんかけ粥 きゃべつの味噌汁	あんかけごはん きゃべつの味噌汁	じゃがいも 玉葱 人参 きゃべつ	しらすの雑炊・彩り野菜の汁椀 (中期) まぐろと野菜の炊き込みごはん・筑前煮 (後期・完了)		しらす 人参 きゃべつ じゃがいも まぐろ 人参 里芋 ごぼう		
23	水	粥 大根 白菜のスープ	粥 トマトのそばろ煮 大根の煮物 白菜の味噌汁	粥 肉団子のトマト煮 大根の煮物 白菜の味噌汁	軟飯 肉団子のトマト煮 大根の煮物 白菜の味噌汁	鶏胸肉 片栗粉 玉葱 トマト (後・完ケチャップ) 大根 白菜	たらといんげんのお粥 さつまいもとかぶの煮物	たらの炊きこみごはん さつまいもとかぶの煮物	たら いんげん さつまいも かぶ		
24	木	粥 じゃがいも きゃべつのスープ	粥 じゃがいものそばろあんかけ ブロッコリー きゃべつの味噌汁	粥 焼きポテト ブロッコリー きゃべつの味噌汁	軟飯 焼きポテト ブロッコリー きゃべつの味噌汁	軟飯 鶏胸肉 玉葱 じゃがいも ブロッコリー きゃべつ	みそおじや 小松菜と人参のあえもの	五平もち 小松菜と人参のりあえ	玉葱 人参 (中期・後期) 人参 小松菜 (完 焼きのり)		
25	金	粥 豆腐 かぼちゃのスープ	粥 豆腐野菜あんかけ かぼちゃの煮物 麩とほうれんそうの味噌汁	粥 豆腐野菜あんかけ かぼちゃの煮物 麩とほうれんそうの味噌汁	軟飯 豆腐野菜あんかけ かぼちゃの煮物 麩とほうれんそうの味噌汁	豆腐 人参 (後・完・パン粉) かぼちゃ 麩 ほうれんそう	チーズリゾット 白菜とトマトの和え物	チーズおかごはん 白菜とトマトの和え物	チーズ (完 かつお節) 白菜 トマト		
26	土	粥 じゃがいも かぶのスープ	みそ野菜おじや じゃがいもの煮物 かぶのスープ	みそ野菜おじや じゃがいもの煮物 かぶのスープ	みそ野菜おじや じゃがいもの煮物 かぶのスープ	ささみ 人参 玉葱 じゃがいも かぶ	やわらか鶏のお粥・白身魚と野菜の洋風煮込み (中期) 鶏と野菜のリゾット・鮭のホワイトシチュー (後期・完了)		鶏肉 たら かぼちゃ じゃがいも 鶏肉 鮭 豆乳 じゃがいも		
28	月	粥 白身魚 人参のスープ	粥 煮魚 人参甘煮 白菜とわかめの味噌汁	粥 煮魚 人参甘煮 白菜とわかめの味噌汁	軟飯 煮魚 人参甘煮 白菜とわかめの味噌汁	カレイ 人参 白菜 わかめ	さつまいもパン粥 トマト・かぶ	さつまいもサンド トマト・かぶ	食パン さつまいも トマト かぶ		
29	火	粥 じゃがいも ほうれんそうのスープ	粥 鶏とじゃがいもの煮物 大根とほうれんそうの味噌汁	粥 鶏団子とじゃがいもの煮物 大根とほうれんそうの味噌汁	軟飯 鶏団子とじゃがいもの煮物 大根とほうれんそうの味噌汁	鶏胸肉 玉葱 片栗粉 じゃがいも 大根とほうれんそうの味噌汁	あんかけ粥 豆腐とブロッコリーのみそかけ	あんかけごはん 豆腐とブロッコリーのみそかけ	人参 玉葱 きゃべつ 豆腐 ブロッコリー		
30	水	粥 さつまいも 白菜のスープ	パン粥 ささみと野菜のスープ煮 さつまいも 果物	パン粥 ささみと野菜のスープ煮 さつまいも 果物	食パン ささみと野菜のスープ煮 さつまいも 果物	食パン ささみ 玉葱 人参 白菜 さつまいも りんご	二色粥 かぼちゃの煮物	二色ごはん かぼちゃの煮物	しらす 人参 かぼちゃ		

移行食の午前食は乳児食と同じです。

