

令和3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
		初期	中期	後期	完了		中期・後期	完了・移行期	
1	水	粥 じゃがいも 人参スープ	粥 そぼろ粥 じゃがいもの煮物 玉葱と人参のスープ	粥 そぼろ粥 じゃがいもの煮物 玉葱と人参のスープ	粥 そぼろごはん じゃがいもの煮物 玉葱と人参のスープ	鶏胸肉 ほうれんそう じゃがいも 玉葱 人参	甘辛しらす粥 トマト・きゃべつお浸し	甘辛しらすごはん トマト・きゃべつお浸し	しらす トマト きゃべつ
2	木	粥 白身魚 白菜のスープ	粥 魚の味噌煮 かぼちゃの煮物 白菜のみそ汁	粥 魚の味噌煮 かぼちゃの煮物 白菜のみそ汁	軟飯 魚の味噌煮 かぼちゃの煮物 白菜のみそ汁	カレー かぼちゃ 白菜	豆腐あんかけ粥 ブロッコリー・人参甘煮	豆腐丼 ブロッコリー・人参甘煮	豆腐 ほうれんそう ブロッコリー 人参
3	金	粥 かぼちゃ 人参のスープ	粥 ささみと白菜のうどん 大根と人参の煮物 果物	粥 ささみと白菜のうどん 大根と人参の煮物 果物	粥 ささみと白菜のうどん 大根と人参の煮物 果物	うどん ささみ 白菜 大根 人参 オレンジ	チーズおじや 小松菜お浸し・さつまいもの煮物	チーズお焼き 小松菜お浸し・さつまいもの煮物	チーズ 青のり(後・完) 小松菜 さつまいも
4	土	粥 さつまいも 大根のスープ	粥 あんかけ粥 さつまいもの煮物 大根のみそ汁	粥 あんかけ粥 さつまいもの煮物 大根のみそ汁	粥 あんかけごはん さつまいもの煮物 大根のみそ汁	玉葱 人参 ほうれんそう さつまいも 大根	鶏とトマトのお粥 大根の煮物	鶏とトマトのごはん 大根の煮物	鶏むね肉 トマト 大根
6	月	粥 じゃがいも きゃべつのスープ	粥 トマトのそぼろ煮 粉ふきいも きゃべつのみそ汁	粥 肉団子のトマト煮 粉ふきいも きゃべつのみそ汁	軟飯 肉団子のトマト煮 粉ふきいも きゃべつのみそ汁	鶏胸肉 片栗粉 玉葱 トマト(後・完ケチャップ) じゃがいも きゃべつ	きなこパン粥 かぶと人参のグラッセ	きなこサンド かぶと人参のグラッセ	食パン きなこ かぶ 人参 パター
7	火	粥 大根 人参スープ	粥 ささみのみそうどん 大根の煮物 果物	粥 ささみのみそうどん 大根の煮物 果物	粥 ささみのみそうどん 大根の煮物 果物	ささみ 玉葱 人参 大根 オレンジ	チーズリゾット ブロッコリー・かぼちゃ	チーズおかかごはん ブロッコリー・かぼちゃ	チーズ(完 かつお節) ブロッコリー かぼちゃ
8	水	粥 さつまいも ほうれんそうのスープ	粥 豆腐の野菜ソースかけ さつまいもの煮物 玉葱とほうれんそうのみそ汁	粥 豆腐ボール さつまいもの煮物 玉葱とほうれんそうのみそ汁	軟飯 豆腐ボール さつまいもの煮物 玉葱とほうれんそうのみそ汁	豆腐 人参 (後・完・パン粉) さつまいも 玉葱 ほうれんそう	わかめおじや きゃべつとしらすのあえもの	わかめおじや きゃべつとしらすのあえもの	わかめ 玉葱 人参 きゃべつ しらす
9	木	粥 人参 白菜のスープ	パン粥 魚のバター蒸し トマト 白菜のスープ	パン粥 魚のバター蒸し トマト 白菜のスープ	食パン 魚のバター蒸し トマト 白菜のスープ	食パン カレイ 人参 玉葱 パター トマト 白菜	野菜おじや じゃがいもと小松菜のみそかけ	野菜おやき じゃがいもと小松菜のみそかけ	人参 いんげん じゃがいも 小松菜
10	金	粥 かぼちゃ きゃべつのスープ	粥 鶏と野菜のスープ かぼちゃの煮物	粥 肉団子と野菜のスープ かぼちゃの煮物	軟飯 肉団子と野菜のスープ かぼちゃの煮物	鶏胸肉 玉葱 片栗粉 きゃべつ 人参 かぼちゃ	けんちんうどん 大根の煮物	けんちんうどん 大根きんぴら	豆腐 人参 玉葱 白菜 大根
11	土	粥 じゃがいも 人参のスープ	粥 野菜おじや じゃがいもの煮物 果物	粥 野菜おじや じゃがいもの煮物 果物	粥 野菜おじや じゃがいもの煮物 果物	玉葱 人参 きゃべつ じゃがいも オレンジ	かぼちゃ粥 豆腐と野菜の煮物	かぼちゃごはん 豆腐と野菜の煮物	かぼちゃ 豆腐 玉葱 白菜
13	月	粥 豆腐 かぼちゃのスープ	粥 マーボー粥 かぼちゃの煮物 わかめのスープ	粥 マーボー粥 かぼちゃの煮物 わかめのスープ	粥 マーボー丼 かぼちゃの煮物 わかめのスープ	豆腐 鶏胸肉 玉葱 かぼちゃ わかめ	チーズパン粥 ブロッコリー・人参	チーズサンド ブロッコリーと人参ソテー	食パン チーズ ブロッコリー 人参
14	火	粥 人参 きゃべつのスープ	パン粥 魚の野菜蒸し トマト きゃべつのスープ	パン粥 魚の野菜蒸し トマト きゃべつのスープ	食パン 魚の野菜蒸し トマト きゃべつのスープ	食パン カレイ 玉葱 人参 トマト きゃべつ	ささみのあんかけ粥 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 玉葱 白菜 さつまいも
15	水	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 麩とほうれんそうのみそ汁	粥 鶏団子とじゃがいもの煮物 麩とほうれんそうのみそ汁	軟飯 鶏団子とじゃがいもの煮物 麩とほうれんそうのみそ汁	鶏胸肉 玉葱 片栗粉 じゃがいも 人参 麩 ほうれんそう	たらといんげんの粥 かぶの味噌煮	たらといんげんの炊き込みごはん かぶの味噌煮	たら いんげん かぶ
16	木	粥 さつまいも 白菜のスープ	粥 そぼろあんかけうどん さつまいもの煮物 果物	粥 そぼろあんかけうどん さつまいもの煮物 果物	粥 そぼろあんかけうどん さつまいもの煮物 果物	うどん 鶏胸肉 玉葱 白菜 さつまいも オレンジ	しらすとわかめのおじや 大根と人参の煮物	しらすとわかめのごはん 大根と人参の煮物	しらす わかめ 大根 人参
17	金	粥 人参 大根のスープ	粥 ささみと人参のお粥 ブロッコリー・大根 玉葱のみそ汁	粥 ささみと人参のお粥 ブロッコリーのりあえ・大根 玉葱のみそ汁	粥 ささみの炊きこみごはん ブロッコリーのりあえ・大根 玉葱のみそ汁	ささみ 人参 ブロッコリー のり(後・完) 玉葱	豆腐あんかけ粥 かぼちゃの煮物・トマト	豆腐あんかけごはん かぼちゃの煮物・トマト	豆腐 人参 きゃべつ かぼちゃ トマト
18	土	粥 かぼちゃ かぶのスープ	粥 しらすときゃべつのお粥 具たくさん汁	粥 しらすときゃべつのお粥 具たくさん汁	粥 しらすときゃべつのごはん 具たくさん汁	しらす きゃべつ かぶ 人参 玉葱	鶏と野菜のお粥 ほうれんそうお浸し	鶏と野菜のごはん ほうれんそうお浸し	鶏胸肉 人参 きゃべつ ほうれんそう
21	火	粥 さつまいも きゃべつのスープ	粥 そぼろ粥 さつまいもと人参の煮物 きゃべつのみそ汁	粥 鶏団子の甘辛煮 さつまいもと人参の煮物 きゃべつのみそ汁	軟飯 鶏団子の甘辛煮 さつまいもと人参の煮物 きゃべつのみそ汁	鶏胸肉 片栗粉 玉葱 さつまいも 人参 きゃべつ	きなこ粥 大根とブロッコリーの味噌煮	きなこおはぎ 大根とブロッコリーの味噌煮	きなこ 大根 ブロッコリー
22	水	粥 じゃがいも 白菜のスープ	粥 ささみのあんかけ粥 じゃがいもの煮物 玉葱とわかめのみそ汁	粥 ささみのあんかけ粥 じゃがいもの煮物 玉葱とわかめのみそ汁	粥 ささみのあんかけごはん じゃがいもの煮物 玉葱とわかめのみそ汁	ささみ 人参 白菜 じゃがいも 玉葱 わかめ	みそおじや かぶの煮物・小松菜の煮浸し	五平もち かぶの煮物・小松菜の煮浸し	玉葱 人参(中期・後期) かぶ 小松菜
24	金	粥 豆腐 人参のスープ	粥 豆腐と野菜の煮物 トマト 麩とほうれんそうのみそ汁	粥 豆腐と野菜の煮物 トマト 麩とほうれんそうのみそ汁	軟飯 豆腐と野菜の煮物 トマト 麩とほうれんそうのみそ汁	豆腐 人参 大根 トマト 麩 ほうれんそう	しらす粥 かぼちゃの煮物・きゃべつのお浸し	しらすごはん かぼちゃの煮物・きゃべつのお浸し	しらす かぼちゃ きゃべつ
25	土	粥 小松菜 かぶのスープ	粥 鶏と野菜のお粥 ブロッコリー かぶのみそ汁	粥 鶏と野菜のお粥 ブロッコリー かぶのみそ汁	粥 赤ちゃんピピンパ ブロッコリー かぶのみそ汁	鶏胸肉 人参 小松菜 ブロッコリー かぶ	煮込みうどん じゃがいもの煮物	煮込みうどん じゃがいもの煮物	うどん 人参 玉葱 じゃがいも
27	月	粥 白身魚 人参のスープ	粥 煮魚 大根と人参の煮物 白菜のみそ汁	粥 煮魚 大根と人参の煮物 白菜のみそ汁	軟飯 煮魚 大根と人参の煮物 白菜のみそ汁	カレー 大根 人参 白菜	トマトリゾット さつまいも・ほうれん草お浸し	トマトピラフ さつまいも・ほうれん草お浸し	トマト 玉葱 パター(完ケチャップ) さつまいも ほうれんそう
28	火	粥 じゃがいも きゃべつのスープ	粥 野菜うどん じゃがいもの味噌煮 果物	粥 野菜うどん じゃがいもの味噌煮 果物	粥 野菜うどん じゃがいもの味噌煮 果物	うどん 人参 玉葱 きゃべつ じゃがいも オレンジ	たらあんのあんかけ粥 かぶ・ブロッコリー	たらあんのあんかけごはん かぶ・ブロッコリー	たら 人参 白菜 かぶ ブロッコリー
29	水	粥 さつまいも 大根のスープ	粥 豆腐のそぼろあんかけ さつまいもの煮物 大根のみそ汁	粥 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ さつまいもの煮物 大根のみそ汁	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 大根のみそ汁	豆腐 鶏胸肉 (後・完パン粉) さつまいも 大根	りんごパン粥 小松菜・人参	りんごサンド 小松菜ソテー・人参	食パン りんご ほうれんそう 人参
30	木	粥 かぼちゃ 白菜のスープ	パン粥 じゃがいものそぼろあんかけ ブロッコリー 白菜とトマトのスープ	パン粥 焼きポテト ブロッコリー 白菜とトマトのスープ	食パン 焼きポテト ブロッコリー 白菜とトマトのスープ	食パン 鶏胸肉 玉葱 じゃがいも ブロッコリー 白菜 トマト	人参粥 きゃべつ・かぼちゃの煮物	人参ごはん きゃべつのみあえ・かぼちゃの煮物	人参 きゃべつ(完 のり) かぼちゃ

移行食の午前食は乳児食と同じです。