

献立表

2023年9月

日付	中期/後期	中期/後期
	午前食	午後食
1 (金)	粥/軟飯 みそ汁(玉ねぎ・昆布だし・味噌) 鶏と冬瓜のうま煮(鶏もも肉・冬瓜・人参・昆布だし・醤油) ゆで野菜(きゅうり)	うどん(うどん・玉ねぎ・人参・豆腐・昆布だし・味噌) じゃがいものしらす和え(じゃがいも・しらす)
2 (土)	粥/軟飯 ブロッコリーのスープ(ブロッコリー・昆布だし・醤油) なすとひき肉のトロみ煮 (鶏ひき肉/豚ひき肉・なす・たまねぎ・昆布だし・味噌)	納豆粥/納豆軟飯(米・ひきわり納豆) にんじんと玉ねぎのみそ汁(人参・玉ねぎ・昆布だし・味噌)
4 (月)	粥/軟飯 たまねぎのスープ(玉ねぎ・昆布だし・醤油) そぼろ煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・昆布だし・味噌・片栗粉) ゆで野菜(きゅうり)	パン粥/食パン サーモンシチュー(鮭・玉ねぎ・人参・じゃがいも・昆布だし・粉ミルク・味噌)
5 (火)	粥/軟飯 なすのみそ汁(なす・昆布だし・味噌) カジキのみそ煮(カジキ・昆布だし・味噌) ゆで野菜(にんじん)	うどん(うどん・鶏ささみ・玉ねぎ・人参・キャベツ・昆布だし・醤油) ゆで野菜(きゅうり)
6 (水)	粥/軟飯 豆腐のみそ汁(豆腐・昆布だし・味噌) ひき肉とだいこんの煮物(鶏ひき肉/豚ひき肉・大根・人参・小松菜・昆布だし・醤油)	しらすとかぼちゃの粥/しらすとかぼちゃの軟飯(米・しらす・かぼちゃ) たまねぎのスープ(玉ねぎ・昆布だし・醤油)
7 (木)	うどん(うどん・鶏ひき肉/豚ひき肉・玉ねぎ・人参・昆布だし・味噌) ゆで野菜(きゅうり) バナナ	粥/軟飯 にんじんのスープ(人参・昆布だし・醤油) カレイのみそ煮(カレイ・昆布だし・味噌)
8 (金)	パン粥/食パン 豆乳スープ(玉ねぎ・豆乳・味噌) 鶏の蒸し煮(鶏ささみ/鶏もも肉) ゆで野菜(ブロッコリー)	粥/軟飯 さつまいものみそ汁(さつまいも・昆布だし・味噌) 納豆和え(ひきわり納豆・キャベツ・人参)
9 (土)	粥/軟飯 たまねぎのみそ汁(玉ねぎ・昆布だし・味噌) かぼちゃのそぼろ煮(かぼちゃ・鶏ひき肉・昆布だし・醤油・片栗粉)	きなこパン粥/きなこパン(食パン・きな粉・豆乳) ミルクスープ(キャベツ・玉ねぎ・人参・豆乳・味噌)
11 (月)	うどん(うどん・鶏ひき肉/豚ひき肉・玉ねぎ・人参・昆布だし・醤油) ゆで野菜(キャベツ)	カレイとキャベツの粥/カレイとキャベツの軟飯(米・カレイ・キャベツ・昆布だし) たまねぎのみそ汁(玉ねぎ・昆布だし・味噌)
12 (火)	粥/軟飯 にんじんのスープ(人参・昆布だし・醤油) 鮭の蒸し煮(鮭) ゆで野菜(じゃがいも・きゅうり)	粥/軟飯 豆腐のみそ汁(豆腐・昆布だし・味噌) ブロッコリーのそぼろ煮(ブロッコリー・玉ねぎ・鶏ひき肉・昆布だし・醤油・片栗粉)
13 (水)	粥/軟飯 たまねぎのスープ(玉ねぎ・昆布だし・醤油) ささみときゅうり和え(鶏ささみ・きゅうり・醤油) ゆで野菜(にんじん)	そうめん(そうめん・鶏ひき肉/鶏もも肉・にんじん・玉ねぎ・昆布だし・醤油) ゆで野菜(トマト)
14 (木)	粥/軟飯 豆腐のスープ(豆腐・昆布だし・醤油) ささみの蒸し煮(鶏ささみ) ポテトサラダ(じゃがいも・きゅうり・人参)	しらす粥/しらす軟飯(米・しらす) お麩とにんじんのみそ汁(麩・昆布だし・味噌)
15 (金)	粥/軟飯 たまねぎのスープ(玉ねぎ・昆布だし・醤油) そぼろ煮(鶏ひき肉/豚ひき肉・玉ねぎ・人参・昆布だし・醤油・片栗粉) ゆで野菜(きゅうり) 後期 オレンジ	鮭粥/鮭軟飯(米・鮭) さつまいものみそ汁(さつまいも・昆布だし・味噌)
16 (土)	うどん(うどん・鶏ひき肉/豚ひき肉・玉ねぎ・人参・なす・昆布だし・味噌・片栗粉) ゆで野菜(きゅうり)	さつまいも粥/さつまいも軟飯(米・さつまいも) だいこんのみそ汁(だいこん・昆布だし・味噌)
19 (火)	粥/軟飯 シチュー(鶏ささみ・玉ねぎ・人参・じゃがいも・昆布だし・豆乳・味噌・片栗粉) ゆで野菜(キャベツ) バナナ	納豆粥/納豆軟飯(米・ひきわり納豆) なすとたまねぎのみそ汁(なす・玉ねぎ・昆布だし・味噌)
20 (水)	あんかけうどん(うどん・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・キャベツ・昆布だし・醤油・片栗粉) トマトときゅうりの和えもの(トマト・きゅうり)	粥/軟飯 にんじんのスープ(にんじん・昆布だし・醤油) カレイとキャベツのみそ煮(カレイ・キャベツ・昆布だし・味噌)
21 (木)	パン粥/食パン たまねぎのスープ(玉ねぎ・昆布だし・醤油) かぼちゃとひき肉のミルク煮(かぼちゃ・鶏ひき肉/豚ひき肉・玉ねぎ・粉ミルク・味噌) ゆで野菜(キャベツ)	粥/軟飯 豆腐のみそ汁(豆腐・昆布だし・味噌) ブロッコリーのしらす和え(ブロッコリー・人参・しらす)
22 (金)	粥/軟飯 かぶのみそ汁(カブ・昆布だし・味噌) 鶏の蒸し煮(鶏ささみ・鶏もも肉) ゆで野菜(にんじん)	うどん(うどん・鶏ささみ・玉ねぎ・人参・昆布だし・醤油) ゆで野菜(きゅうり)
25 (月)	粥/軟飯 たまねぎのスープ(玉ねぎ・昆布だし・醤油) ひき肉のトマト煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・トマト・大豆水煮・醤油)	しらす粥/しらす軟飯(米・昆布だし・しらす) じゃがいものみそ汁(じゃがいも・昆布だし・味噌)
26 (火)	粥/軟飯 お麩のみそ汁(麩・昆布だし・味噌) 肉じゃが(鶏ささみ・玉ねぎ・人参・じゃがいも・昆布だし・醤油) ゆで野菜(きゅうり)	粥/軟飯 たまねぎのスープ(玉ねぎ・昆布だし・醤油) 納豆和え(ひきわり納豆・人参・醤油)
27 (水)	粥/軟飯 豆腐のみそ汁(豆腐・昆布だし・味噌) ささみと野菜のうま煮(鶏ささみ・玉ねぎ・人参・昆布だし・醤油・片栗粉) ゆで野菜(トマト)	カレイの粥/カレイ軟飯(米・鮭・昆布だし) にんじんのスープ(にんじん・昆布だし・醤油)
28 (木)	粥/軟飯 ほうれんそうのスープ(ほうれん草・昆布だし・しょうゆ) 鮭のみそ煮(鮭・昆布だし・味噌) ゆで野菜(にんじん)	そぼろ粥/そぼろ軟飯(米・鶏ひき肉・醤油) じゃがいものみそ汁(玉ねぎ・じゃがいも・昆布だし・味噌)
29 (金)	うどん(うどん・鶏ささみ・白菜・玉ねぎ・人参・昆布だし・醤油) ゆで野菜(じゃがいも) バナナ	粥/軟飯 こまつなのみそ汁(こまつな・玉ねぎ・昆布だし・味噌) 白和え(さつまいも・豆腐・醤油)
30 (土)	粥/軟飯 さつまいものみそ汁(さつまいも・玉ねぎ・昆布だし・味噌) そぼろ煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・にんじん・キャベツ・昆布だし・醤油・片栗粉)	*ベビーフードでの対応をさせていただきます。