

9月献立表 離乳食・中期（2回食） 野のはな空のとり保育園

日	曜	午 前 食		午 後 食	
		献 立	材 料	献 立	材 料
1 15 29	金	パン粥 鶏肉と野菜の煮物 蒸し野菜 モロヘイヤのスープ	食パン 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ ブロッコリー かぼちゃ キャベツ モロヘイヤ だし汁 片栗粉 しょう油	お粥 味噌汁 果物	米 豆腐 人参 キャベツ ジャガイモ 玉ねぎ 味噌 だし汁
2 16 30	土	あんかけ粥 蒸し野菜 野菜スープ	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ オクラ 豆腐 キャベツ しょう油 塩 味噌 だし汁 片栗粉	お粥 味噌汁 果物	米 カレイ 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ 味噌 だし汁
4	月	納豆と野菜のお粥 蒸し野菜 すまし汁	米 納豆 人参 玉ねぎ キャベツ さつまいも 小松菜 青のり しょう油 塩 だし汁 片栗粉 ジャガイモ	パン粥 あおさスープ 果物	米 しらす干し 玉ねぎ 人参 ジャガイモ あおさ 塩 だし汁
5 19	火	お粥 豚そぼろのコーン煮 蒸し野菜 野菜スープ	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ 生わかめ ジャガイモ キャベツ きゅうり 豆苗 しょう油 素精糖 塩 だし汁 クリームコーン	お粥 すまし汁 果物	米 カレイ 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ 塩 しょう油 だし汁
6 20	水	あんかけうどん 蒸し野菜 わかめスープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ ジャガイモ きゅうり 生わかめ 人参 キャベツ ちんげん菜 塩 しょう油 だし汁 片栗粉 豆苗	お粥 味噌汁 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ 味噌 だし汁
7 21	木	お粥 カレイのトマト煮 蒸し野菜 味噌汁	米 カレイ 人参 玉ねぎ ジャガイモ 小松菜 トマト缶 きゅうり キャベツ しょう油 片栗粉 だし汁 塩 味噌	さつまいも粥 味噌汁 果物	米 しらす干し 玉ねぎ さつまいも キャベツ 味噌 だし汁 人参
8 22	金	パン粥 鶏肉とジャガイモのコーン煮 トマト 野菜スープ	食パン 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ きゅうり クリームコーン パセリ 塩 しょう油 だし汁 片栗粉	お粥 味噌汁 果物	米 豆腐 玉ねぎ キャベツ ジャガイモ 味噌 人参 塩 だし汁
9	土	しらすと野菜のお粥 蒸し野菜 かぶのスープ	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャガイモ かぶ かぶ葉 しょう油 キャベツ 片栗粉 塩 だし汁	きなこ粥 味噌汁 果物	米 きな粉 人参 玉ねぎ ジャガイモ 生わかめ 味噌 だし汁
11 25	月	お粥 カレイのあんかけ 蒸し野菜 味噌汁	米 カレイ キャベツ 人参 玉ねぎ ジャガイモ きゅうり あおさ しょう油 素精糖 塩 だし汁 味噌 片栗粉	お粥 野菜スープ 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ 塩 だし汁
12 26	火	お粥 肉じゃが 蒸し野菜 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 ジャガイモ ピーマン きゅうり トマト キャベツ なす 味噌 かぼちゃ 塩 だし汁 片栗粉 しょう油	お粥 味噌汁 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ だし汁 味噌
13 27	水	トマトあんかけ粥 ひじきの和え物 ほうれん草のスープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 ジャガイモ キャベツ ほうれん草 きゅうり 生わかめ しょう油 味噌 塩 だし汁 片栗粉 ひじき	お粥 野菜スープ 果物	米 豆腐 人参 ジャガイモ 玉ねぎ キャベツ ほうれん草 塩 だし汁
14 28	木	しらすと野菜のお粥 蒸し野菜 豚汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ キャベツ 豚ひき肉 ジャガイモ かぶ かぶ葉 きゅうり しょう油 素精糖 塩 だし汁	お粥 野菜スープ 果物	米 鶏ささみ 人参 玉ねぎ かぶ葉 ジャガイモ 塩 だし汁

※今月の果物はバナナ、柑橘類が主に入ります。

※食材の都合により献立が変更する場合がございます。ご了承ください。

※初めて食べる食材がありましたら、事前にお家で2回以上試してください。

9月献立表 離乳食・後期（3回食） 野のはな空のとり保育園

日	曜	午前食		午後食	
		献立	材料	献立	材料
1 15 29	金	トースト 鶏肉と野菜の煮物 蒸し野菜 モロヘイヤのスープ	食パン 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 ブロッコリー かぼちゃ キャベツ えのき草 モロヘイヤ だし汁 片栗粉 しょう油	軟飯 味噌汁 果物	米 豆腐 人参 キャベツ じゃが芋 玉ねぎ 味噌 だし汁
2 16 30	土	あんかけおじや 蒸し野菜 野菜スープ	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 オクラ 豆腐 キャベツ 長ねぎ しょう油 塩 味噌 だし汁 片栗粉	軟飯 味噌汁 果物	米 カレイ 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 味噌 だし汁
4	月	納豆と野菜のおじや さつま芋のごま和え すまし汁	米 納豆 人参 玉ねぎ キャベツ さつま芋 小松菜 青のり しょう油 塩 だし汁 片栗粉 じゃが芋 ごま	トースト あおさスープ 果物	米 しらす干し 玉ねぎ 人参 じゃが芋 あおさ 塩 だし汁
5 19	火	軟飯 豚そぼろのコーン煮 蒸し野菜 きのこスープ	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ 生わかめ じゃが芋 キャベツ きゅうり 豆苗 しょう油 素精糖 塩 だし汁 クリームコーン えのき草 舞茸 しめじ	軟飯 すまし汁 果物	米 カレイ 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 塩 しょう油 だし汁
6 20	水	あんかけうどん 蒸し野菜 わかめスープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ じゃが芋 きゅうり 生わかめ 人参 キャベツ ちんげん菜 塩 しょう油 だし汁 片栗粉 豆苗	軟飯 味噌汁 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 味噌 だし汁
7 21	木	軟飯 カレイのトマト煮 蒸し野菜 味噌汁	米 カレイ 人参 玉ねぎ じゃが芋 小松菜 トマト缶 きゅうり キャベツ しょう油 片栗粉 だし汁 塩 味噌 もやし 舞茸 えのき草	さつま芋おじや 味噌汁 果物	米 しらす干し 玉ねぎ さつま芋 キャベツ 味噌 だし汁 人参
8 22	金	トースト 鶏肉とじゃが芋のコーン煮 トマト 野菜スープ	食パン 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ きゅうり クリームコーン パセリ 塩 しょう油 だし汁 片栗粉	軟飯 味噌汁 果物	米 豆腐 玉ねぎ キャベツ じゃが芋 味噌 人参 塩 だし汁
9	土	しらすと野菜のおじや 蒸し野菜 かぶのスープ	米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 かぶ かぶ葉 しょう油 キャベツ 片栗粉 塩 だし汁	きなこおじや 味噌汁 果物	米 きな粉 人参 玉ねぎ じゃが芋 生わかめ 味噌 だし汁
11 25	月	軟飯 カレイのあんかけ 蒸し野菜 味噌汁	米 カレイ キャベツ 人参 玉ねぎ じゃが芋 きゅうり あおさ ホールコーン しょう油 素精糖 塩 だし汁 味噌 片栗粉	軟飯 野菜スープ 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 塩 だし汁
12 26	火	軟飯 肉じゃが 蒸し野菜 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 じゃが芋 ピーマン きゅうり トマト キャベツ なす 味噌 かぼちゃ 塩 だし汁 片栗粉 しょう油	軟飯 味噌汁 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ だし汁 味噌
13 27	水	トマトあんかけおじや ひじきの和え物 ほうれん草のスープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 キャベツ ほうれん草 きゅうり 生わかめ しょう油 味噌 塩 だし汁 片栗粉 ひじき もやし ホールコーン しめじ	軟飯 野菜スープ 果物	米 豆腐 人参 じゃが芋 玉ねぎ キャベツ ほうれん草 塩 だし汁
14 28	木	鮭と野菜のおじや 蒸し野菜 豚汁	米 鮭 人参 玉ねぎ キャベツ 豚ひき肉 じゃが芋 かぶ かぶ葉 きゅうり しょう油 素精糖 塩 だし汁	軟飯 野菜スープ 果物	米 鶏ささみ 人参 玉ねぎ かぶ葉 じゃが芋 塩 だし汁

※今月の果物はバナナ、柑橘類が主に入ります。

※食材の都合により献立が変更する場合がございます。ご了承ください。

※初めて食べる食材がありましたら、事前にお家で2回以上試してください。