

# 9月 離乳食献立表(中期)

認定こども園  
千野保育園

日	曜日	献立名		
		主食	おかず	内容
14 28	月	七分粥	肉じゃが 温野菜サラダ 野菜スープ グレープフルーツ	じゃが芋 玉葱 人参 ささみ トマト きゅうり キャベツ 塩 野菜スープ
1 15 29	火	七分粥	かじきのみそ焼き きゅうりと人参の和え物 チンゲン菜のスープ 梨	かじき 砂糖 味噌 きゅうり 人参 醤油 チンゲン菜 玉葱 野菜スープ
2 16 30	水		煮込みうどん しらすと野菜の和え物 バナナ	ほうとう麺 人参 玉葱 醤油 煮干しだし しらす 玉葱 ビーマン
3 17	木	七分粥	鮭のムニエル かぼちゃサラダ 味噌汁 りんご	鮭 小麦粉 塩 南瓜 人参 豆腐 オクラ 玉葱 味噌 煮干し
4 18	金	パン粥	鶏肉の照り焼き 野菜のラタトゥイユ 野菜スープ ぶどう	鶏肉 醤油 スッキーニ 玉葱 パブリカ トマト缶 塩 野菜スープ
7 21	月	七分粥	鶏肉のトマト煮 南瓜とブロッコリーのサラダ 野菜スープ グレープフルーツ	トマト 玉葱 鶏もも肉 南瓜 人参 ブロッコリー 野菜スープ
8 22	火	七分粥	中華丼 切り干し大根のサラダ 野菜スープ オレンジ	白菜 人参 ささみ 醤油 片栗粉 切り干し大根 きゅうり かつお節 醤油
9 23	水		けんちんうどん こぶさいも りんご	人参 里芋 大根 長葱 豆腐 煮干し うどん 醤油 じゃが芋
10 24	木	人参粥	ゆで卵とほうれん草の和え物 大根と里芋の煮物 野菜スープ バナナ	ほうれん草 卵 かつお節 大根 里芋 砂糖 醤油
11 25	金	パン粥	カレイの煮魚 湯豆腐と温野菜あんかけ 野菜スープ 梨	カレイ 醤油 木綿豆腐 トマト きゅうり レタス かつお節 醤油 片栗粉 あざつぎ 野菜スープ

# 9月 離乳食献立表(後期)

認定こども園

千野保育園

日	曜日	献立名			午後
		主食	おかず	内容	おやつ
14 28	月	ごはん	カレー 温野菜サラダ 野菜スープ グレープフルーツ	じゃが芋 玉葱 人参 カレールウ 豚肉 トマト きゅうり キャベツ 塩 酢 野菜スープ	バナナ ヨーグルト
1 15 29	火	ごはん	かじきのみそ焼き もやしと人参の和え物 チンゲン菜のスープ 梨	かじき 砂糖 味噌 もやし 人参 酢 醤油 砂糖 ごま油 チンゲン菜 玉葱 えのぎ 鶏がらだし	カルピスゼリー
2 16 30	水		煮込みうどん しらすと野菜の揚げ焼き バナナ	ほうとう麺 人参 玉葱 醤油 煮干しだし しらす 玉葱 ビーマン 小麦粉 卵	きな粉おはぎ
3 17	木	ごはん	鮭のムニエル かぼちゃサラダ 味噌汁 りんご	鮭 小麦粉 塩 バター えのぎ 南瓜 人参 マヨネーズ 豆腐 オクラ 玉葱 味噌 煮干し	パリパリピザ
4 18	金	スティック パン	コーンフレークチキン 野菜のラタトゥイユ 野菜スープ ぶどう	コーンフレーク 鶏肉 酢 醤油 マヨネーズ パン粉 スツキニ 玉葱 パブリカ トマト缶 塩 野菜スープ	南瓜クッキー
5 19	土		マーボー丼 味噌汁 バナナ	木綿豆腐 豚ひき肉 長葱 人参 味噌 砂糖 ケチャップ ごま油 じゃが芋 玉葱 えのぎ 味噌 煮干しだし	お菓子
7 21	月	ごはん	カレー 南瓜とブロッコリーのサラダ 野菜スープ グレープフルーツ	トマト 玉葱 鶏もも肉 カレールウ 南瓜 人参 ブロッコリー マヨネーズ 野菜スープ	ヨーグルト
8 22	火	ごはん	中華丼 切り干し大根のサラダ 野菜スープ オレンジ	白菜 しいたけ 人参 豚肉 醤油 片栗粉 鶏がらだし 切り干し大根 きゅうり かつお節 醤油	コーン マヨパン
9 23	水		けんちんうどん じゃがバター りんご	人参 里芋 大根 豚肉 長葱 豆腐 煮干し 醤油 じゃが芋 バター	じゃこと小松 菜のおにぎり
10 24	木	人参 ごはん	玉子焼き 大根と里芋の煮物 味噌汁 バナナ	ほうれん草 玉葱 卵 塩 かつお節 天根 里芋 砂糖 醤油 味噌汁 バナナ	オレンジ ゼリー
11 25	金	スティック パン	カレイのマヨ焼き 湯豆腐と温野菜 なめこそスープ 梨	カレイ マヨネーズ 塩 木綿豆腐 トマト きゅうり レタス かつお節 醤油 なめこ あさつき 野菜スープ 醤油	米粉の 黒糖蒸しパン
12 26	土		ひじきごはん 豚汁 バナナ	ひじき 人参 砂糖 醤油 いんげん 醤油 砂糖 片栗粉 豚肉 人参 大根 長葱 じゃが芋 味噌	お菓子

※午前のフルーツは普通食と同じです。マヨネーズはアレルギー対応のものを使っています。