

希望の硬さに○をつけてください



# 9月 離乳食献立表

ごはんの硬さ：10倍・7倍・5倍(おかゆ)・軟飯・ごはん

曜日	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火	水
日	1	2	3	4	6	7	8	9	10	11	13	14	15
おやつ	10時 15時 ヨーグルト 蒸しパン 麦茶	ハイハイ 麦茶 食パン 麦茶	チーズ 麦茶 マッシュポテト 麦茶	ハイハイ 麦茶 チーズケーキ 蒸しパン リンゴジュース	ハイハイ 麦茶 ヨーグルト 麦茶	チーズ 麦茶 ハイハイ 麦茶	ハイハイ 麦茶 黒糖蒸しパン 麦茶	バナナ 麦茶 ゆでさつまいも 麦茶	ハイハイ 麦茶 うどん 麦茶	ハイハイ 麦茶 ランチパック りんごジュース	ハイハイ 麦茶 うどん 麦茶	ハイハイ 麦茶 ツナ蒸しパン 麦茶	ヨーグルト ハイハイ 麦茶
主食	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯
副食	豚肉の柳川風煮物 ひじきの煮物 すまし汁 バナナ	鮭の野菜あんかけ キャベツの中華和え 豆腐汁 オレンジ	ポークビーンズ きゅうりスティック コーンスープ	からあげ 温野菜 豆腐汁 バナナ	焼き鮭 野菜炒め わかゆスープ ヨーグルト	鶏肉のやわらか煮 もやしのおかか和え すまし汁 バナナ	ツナコーン煮 にんじんのおかか和え たまねぎスープ	ミートオムレツ 小松菜のごま和え みそ汁 りんご	コーン団子 にんじんスティック すまし汁 オレンジ	キャベツのごま味噌炒め 温野菜 麦茶 なし	ツナチーズオムレツ 蒸しかぼちゃ たまねぎスープ なし	鮭のちゃんちゃん焼き いんげんのごま和え すまし汁 バナナ	鶏肉のやわらか煮 きゅうりとにんじんのおかか和え 麦茶 りんご
お昼	豚肉 たまねぎ にんじん 油 ほうれん草 卵 しょうゆ 砂糖 和風だしの素 ひじき にんじん さやえんどう しょうゆ 砂糖 えのき ねぎ 和風だしの素 しょうゆ 塩 (おやつ) 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	鮭 キャベツ コーン缶 ねぎ しょうゆ 砂糖 キャベツ コーン缶 トマト しょうゆ 砂糖 木綿豆腐 ねぎ 鶏がらだしの素 塩 えのき たまねぎ 鶏がらだしの素 塩 (おやつ) じゃがいも 塩	豚肉 ゆで大豆 じゃが芋 にんじん たまねぎ ケチャップ 塩 コーン缶 たまねぎ 鶏がらだしの素 塩 (おやつ) じゃがいも 塩	鶏もも肉 しょうゆ しょうが 片栗粉 キャベツ にんじん しょうゆ わかめ コーン缶 鶏がらだしの素 (おやつ) ゆでうどん めんつゆ	鮭 キャベツ コーン缶 にんじん しょうゆ わかめ コーン缶 鶏がらだしの素 ねぎ わかめ 和風だしの素 しょうゆ 塩 バナナ	鶏むね肉 しょうゆ 砂糖 もやし にんじん しょうゆ 小松菜 しょうゆ 木綿豆腐 ねぎ わかめ 和風だしの素 しょうゆ 塩 バナナ	ツナ水煮缶 コーン缶 しょうゆ にんじん しょうゆ たまねぎ にんじん 鶏がらだしの素 たまねぎ にんじん 鶏がらだしの素 塩 さつまいも ねぎ 和風だしの素 味噌 ベーキングパウダー 水	卵 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん みそ しょうゆ 塩 小松菜 にんじん ごま しょうゆ さつまいも ねぎ 和風だしの素 味噌	コーン缶 豚ひき肉 塩 片栗粉 にんじん しょうゆ わかめ たまねぎ にんじん 和風だしの素 塩 わかめ たまねぎ 和風だしの素 塩 麦茶	キャベツ 豚こま肉 たまねぎ にんじん みそ しょうゆ 塩 キャベツ にんじん 和風ドレッシング 麦茶	卵 ツナ油漬缶 たまねぎ にんじん みそ しょうゆ 塩 かぼちゃ たまねぎ キャベツ 鶏がらだしの素 鮭 えのきだけ 和風だしの素 しょうゆ 塩 (おやつ) 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー ツナ油漬缶	鶏もも肉 しょうゆ 砂糖 きゅうり にんじん しょうゆ かつお節	
曜日	木	金	土	火	水	金	土	月	火	水	木		
日	16	17	18	21	22	24	25	27	28	29	30		
おやつ	10時 15時 チーズ 麦茶 しらすご飯 麦茶	ハイハイ 麦茶 かぼちゃ蒸しパン	ハイハイ 麦茶 クロワッサン りんごジュース	ハイハイ 麦茶 蒸しパン 麦茶	バナナ 麦茶 ハイハイ 麦茶	ハイハイ 麦茶 鮭ごはん 麦茶	ハイハイ 麦茶 ヨーグルト りんごジュース	チーズ 麦茶 蒸しパン 麦茶	ハイハイ 麦茶 フルーツ 麦茶	ヨーグルト ハイハイ 麦茶	ハイハイ 麦茶 食パン 麦茶		
主食	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯		
副食	ツナコーン煮 ほうれん草のしらす和え みそ汁 オレンジ	ひき肉の野菜あんかけ にんじんスティック きのこスープ ヨーグルト	ハンバーグ風丼 温野菜 麦茶 ヨーグルト	ジャーマンオムレツ マッシュポテト みそ汁 オレンジ	豚肉の野菜煮 にんじんスティック たまねぎスープ なし	柳川風卵とし キャベツのコーン煮 すまし汁 ヨーグルト	鶏つくね 温野菜 麦茶 バナナ	炒り豆腐 にんじんとコーンのおかか あえ みそ汁 りんご	鮭の野菜あんかけ ブロッコリーとツナのサラダ 麦茶 バナナ	卵焼き ひじきサラダ 中華スープ	チキンボール きゅうりスティック すまし汁 なし		
お昼	ツナ水煮缶 コーン缶 しょうゆ ほうれん草 にんじん しらす干し しょうゆ もやし わかめ 和風だしの素 味噌 (おやつ) しらす干し しょうゆ	豚ひき肉 たまねぎ にんじん ケチャップ 砂糖 にんじん 砂糖 えのきだけ しめじ たまねぎ にんじん 鶏がらだしの素 塩 (おやつ) 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー かぼちゃ	豚ひき肉 たまねぎ ケチャップ ウスターソース キャベツ にんじん 和風ドレッシング 麦茶 えのきだけ ねぎ 和風だしの素 味噌 塩 (おやつ) 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー かぼちゃ	じゃが芋 塩 卵 油 ケチャップ じゃが芋 塩 木綿豆腐 ねぎ 和風だしの素 味噌 (おやつ) 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	豚こま肉 たまねぎ にんじん しょうゆ 砂糖 にんじん 砂糖 たまねぎ じゃがいも 鶏がらだしの素	車麩 ねぎ にんじん たまねぎ しょうゆ 砂糖 にんじん 砂糖 キャベツ コーン缶 塩 白菜 えのきだけ 和風だしの素 しょうゆ 塩 (おやつ) 鮭フレーク ごはん	鶏ひき肉 たまねぎ しょうが しょうゆ 砂糖 みりん 酒 油 マヨネーズ キャベツ にんじん 和風ドレッシング 麦茶 木綿豆腐 ツナ水煮缶 片栗粉 干しいたけ にんじん たまねぎ 油 しょうゆ 砂糖 さやえんどう にんじん コーン缶 しょうゆ かつお節 たまねぎ にんじん わかめ 和風だしの素 味噌 (おやつ) 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	鮭 たまねぎ にんじん 鶏がらだしの素 しょうゆ 片栗粉 ブロッコリー ツナ油漬缶 塩 (おやつ) バナナ みかん缶 たまねぎ にんじん わかめ 和風だしの素 味噌 (おやつ) 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	卵 塩 ひじき にんじん コーン缶 塩 砂糖 たまねぎ にんじん 鶏がらだしの素	鶏ひき肉 塩 片栗粉 ケチャップ 砂糖 たまねぎ きゅうり しょうゆ キャベツ たまねぎ 和風だしの素 しょうゆ			

※上記の献立・食材でまだご自宅で食べていない食材がありましたら、献立名と食材にチェックしてご自宅でコピーの上、1枚担任にお渡しください。  
※離乳食での油は少量で使います。  
※都合により献立が変更になる場合があります。  
※土曜日献立は幼児食と同様の献立になってます。土曜希望保育の場合、食べられる食材(離乳食)で提供させていただきます。

くらす：ひよこ組 おなまえ：