

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	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	
日	1	2	4	5	6	7	8	9	11	12	13	14	15	
おやつ	10時 15時	ハイハイン 麦茶 マッシュポテト 麦茶	ハイハイン 麦茶 ロールケーキ リンゴ ジュース	ハイハイン 麦茶 ツナごはん 麦茶	ハイハイン 麦茶 マンナウエファ 麦茶	チーズ 麦茶 お好み焼き 麦茶	ヨーグルト 麦茶 蒸しパン 麦茶	ハイハイン 麦茶 さけご飯 麦茶	ハイハイン 麦茶 チーズ蒸しケーキ リンゴ ジュース	ヨーグルト 麦茶 蒸込みうどん 麦茶	ハイハイン 麦茶 みかん缶 麦茶	チーズ 麦茶 マンナビスケット 麦茶	ハイハイン 麦茶 ふかししいも 麦茶	ハイハイン 麦茶 チーズ蒸しパン 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	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	食パン
副食	鶏肉の照り焼き ピーマン野菜炒め 豆腐スープ ヨーグルト	きのこカレーうどん ブロッコリーサラダ オレンジ	卵焼き ほうれん草のごま和え スープ 巨峰	鶏肉のケチャップ煮 おくらのおかか和え 麦茶 チーズ	鮭の塩焼き 肉じゃが みそ汁 ヨーグルト	豚肉の煮物 煮豆 みそ汁 オレンジ	冷しうどん 鶏肉の照り焼き バナナ	豚丼 すまし汁 ヨーグルト	鶏肉の南部焼き マッシュポテト みそ汁 りんご	マーボー豆腐 野菜スティック わかめスープ グレープフルーツ	鮭の塩焼き きゅうりスティック 豚汁 ヨーグルト	豚肉の卵とし 白菜とツナのごま和え すまし汁 バナナ	つくね ブロッコリーサラダ コーンスープ ヨーグルト	
お昼	鶏もも肉 しょうゆ 砂糖  ピーマン たまねぎ にんじん 油 しょうゆ 中華だしの素  木綿豆腐 だいこん こまつな ねぎ 中華だしの素 塩  ベビーダノン  〈おやつ〉 じゃがいも	うどん 豚こま肉 しいたけ しめじ えのき こまつな にんじん ねぎ しょうゆ 和風だしの素 しょうゆ にんじん コーン缶 塩 カレー粉 片栗粉  ブロッコリー きゅうり コーン缶 和風ドレッシング  オレンジ  〈おやつ〉 ロールケーキ(市販)	卵 たまねぎ しょうゆ 砂糖 中華だしの素  ほうれん草 もやし にんじん コーン缶 塩 ごま 木綿豆腐 なす にんじん 中華だしの素 塩  巨峰  〈おやつ〉 ごはん ツナ缶 しょうゆ	鶏もも肉 じゃがいも たまねぎ にんじん 中華だしの素 ケチャップ 砂糖 片栗粉  おくら しょうゆ かつお節 麦茶 チーズ	鮭 塩  豚こま肉 じゃがいも たまねぎ しょうゆ 砂糖 和風だしの素 しょうゆ 砂糖  はくさい えのき ねぎ 和風だしの素 しょうゆ  オレンジ  〈おやつ〉 小麦粉 和風だしの素 たまねぎ にんじん	豚肉 たまねぎ しょうゆ  水煮大豆 にんじん しょうゆ 砂糖  小松菜 もやし にんじん 和風だしの素 みそ  オレンジ  〈おやつ〉 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	うどん きゅうり 錦糸卵 めんつゆ  鶏もも肉 しょうゆ 砂糖  バナナ  〈おやつ〉 ごはん さけフレーク	豚こま肉 たまねぎ こまつな えのき にんじん ねぎ しょうが にんにく しょうゆ 油 酒 片栗粉  木綿豆腐 もやし ねぎ カットわかめ コーン缶 中華だしの素 塩  りんご  〈おやつ〉 うどん 豚こま肉 キャベツ にんじん 和風だしの素 しょうゆ 砂糖  ベビーダノン  〈おやつ〉 チーズ蒸しケーキ(市販)	鶏もも肉 しょうゆ 砂糖 ごま  じゃがいも 塩  はくさい なす にんじん 和風だしの素 みそ  りんご  カットわかめ ねぎ コーン缶 中華だしの素 塩  グレープフルーツ  〈おやつ〉 みかん缶	木綿豆腐 豚ひき肉 ひきわり納豆 ねぎ にんじん 油 みそ しょうゆ  きゅうり にんじん 和風だしの素 みそ  カットわかめ コーン缶 中華だしの素 塩  ベビーダノン	鮭 塩  きゅうり しょうゆ  豚こま肉 だいこん にんじん ねぎ 和風だしの素  はくさい にんじん ツナ缶 白ごま 木綿豆腐 もやし ねぎ カットわかめ 和風だしの素 しょうゆ バナナ  〈おやつ〉 さつまいも	豚こま肉 たまねぎ にんじん 油 ほうれん草 卵 しょうゆ 砂糖 みりん 和風だしの素  はくさい にんじん ツナ缶 白ごま 木綿豆腐 もやし ねぎ カットわかめ 和風だしの素 しょうゆ バナナ  〈おやつ〉 さつまいも	鶏ひき肉 豆腐 たまねぎ 片栗粉 塩  ブロッコリー きゅうり にんじん 塩  コーン缶 にんじん ねぎ 中華だしの素 塩  ベビーダノン  〈おやつ〉 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー チーズ	
曜日	土	火	水	木	金	月	火	水	木	金	土			
日	16	19	20	21	22	25	26	27	28	29	30			
おやつ	10時 15時	ハイハイン 麦茶 パウムクーヘン リンゴ ジュース	ハイハイン 麦茶 おかかごはん 麦茶	チーズ 麦茶 蒸しパン 麦茶	ハイハイン 麦茶 マンナウエファ 麦茶	ハイハイン 麦茶 蒸込みうどん 麦茶	チーズ 麦茶 ふかし手 麦茶	ヨーグルト 麦茶 食パン 麦茶	ハイハイン 麦茶 マンナビスケット 麦茶	ハイハイン 麦茶 チーズ蒸しパン	ハイハイン 麦茶 おかかご飯 麦茶	ハイハイン 麦茶 クリームパン リンゴ ジュース		
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		
副食	ちゃんぽんラーメン 麦茶 バナナ	蒸込みうどん きゅうりのツナサラダ スープ オレンジ	厚焼き玉子 にんじんスティック すまし汁 バナナ	ハンバーグ さつまいもサラダ トマトスープ ヨーグルト	豚肉のみそ煮 きゅうりのツナ和え スープ グレープフルーツ	鶏肉の中華煮 小松菜の和えもの たまごスープ 巨峰	オムレツ にんじんスティック きのこのスープ オレンジ	炒り豆腐 いんげんのごま和え すまし汁 チーズ	鮭の塩焼き キャベツのおかか和え みそ汁 バナナ	そぼろ丼 きゅうりのツナサラダ 麦茶 ヨーグルト	三色そぼろ丼 みそ汁 ヨーグルト			
お昼	中華種 豚こま肉 キャベツ たまねぎ にんじん もやし こま油 中華だしの素 しょうゆ 塩  麦茶  バナナ  〈おやつ〉 パウムクーヘン(市販)	うどん 鮭 たまねぎ にんじん 和風だしの素 しょうゆ 砂糖  きゅうり コーン缶 ツナ缶 塩  だいこん じゃがいも にんじん 中華だしの素 塩  オレンジ  〈おやつ〉 ごはん しょうゆ かつお節	卵 ツナ缶 たまねぎ にんじん みそ しょうゆ 砂糖 片栗粉  にんじん しょうゆ  えのき 和風だしの素 しょうゆ  バナナ  〈おやつ〉 うどん 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	豚ひき肉 たまねぎ にんじん 片栗粉 塩  さつまいも きゅうり にんじん コーン缶 塩  トマト缶 たまねぎ キャベツ 中華だしの素 塩  バナナ  ベビーダノン  〈おやつ〉 うどん たまねぎ にんじん 中華だしの素 塩  〈おやつ〉 さつまいも	豚肉 たまねぎ にんじん みそ しょうゆ 砂糖 片栗粉  きゅうり ツナ缶 塩  コーン缶 たまねぎ 中華だしの素 塩  バナナ  〈おやつ〉 うどん たまねぎ にんじん 中華だしの素 塩  〈おやつ〉 さつまいも	鶏もも肉 鶏むね肉 たまねぎ にんじん しょうゆ 砂糖 片栗粉  小松菜 もやし にんじん コーン缶 しょうゆ 砂糖 ごま  卵 たまねぎ にんじん 中華だしの素 塩  〈おやつ〉 さつまいも	卵 豚ひき肉 たまねぎ にんじん しょうゆ 砂糖 塩  にんじん しょうゆ  えのき しめじ たまねぎ にんじん 中華だしの素 塩  オレンジ	木綿豆腐 にんじん たまねぎ しょうゆ 砂糖 片栗粉  いんげん にんじん しょうゆ 砂糖 ごま  はくさい えのき ねぎ 和風だしの素 しょうゆ  ベビーダノン	鮭 塩  キャベツ にんじん 和風だしの素 しょうゆ 砂糖 かつお節  さつまいも もやし カットわかめ 和風だしの素 みそ  バナナ  〈おやつ〉 ごはん しょうゆ かつお節	豚ひき肉 たまねぎ にんじん 和風だしの素 しょうゆ 砂糖 卵 砂糖 油 ほうれん草 しょうゆ 焼きのり  麦茶  ベビーダノン  〈おやつ〉 さつまいも かつお節	鶏ひき肉 油 しょうが しょうゆ みりん 砂糖 卵 砂糖 油 ほうれん草 しょうゆ 焼きのり  もやし えのき カットわかめ 和風だしの素 みそ  ベビーダノン  〈おやつ〉 クリームパン(市販)			

※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います。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。  
 ※ヨーグルトはベビーダノンを提供させていただきます。

くらす：ひよこ組 おなまえ：