

9月 離乳食献立予定

令和2年度 小規模保育所こどもパル

		12～18ヶ月	9～11ヶ月	7・8ヶ月	6ヶ月
		は10時、 は午後おやつ	は午後おやつ		
1	火	ハンバーグ 海藻サラダ 小松菜の中華スープ ぶどう 牛乳 梨 牛乳 マシュマロサンド	豆腐ハンバーグ 大根の煮物 小松菜のスープ 軟飯-全粥 お茶 ぶどう	豆腐ハンバーグ 大根の煮物 小松菜のスープ 5倍粥	豆腐と小松菜のペースト 大根と人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
2	水	秋野菜カレー 梨サラダ チーズ 牛乳 せんべい 牛乳 クッキー	煮魚 ブロッコリーのおかか煮 人参の煮物 野菜スープ お茶 オレンジ	煮魚 柔かブロッコリー 人参の煮物 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト ブロッコリーのペースト 人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
3	木	鶏肉の竜田揚げ 春雨の酢の物 豆腐の味噌汁 チーズ パナナ 牛乳 コーンフレーク 豆乳 わらび餅	鶏肉と野菜の煮物 やわらかきゅうり 豆腐スープ 軟飯-全粥 お茶 りんご	鶏肉と野菜の煮物 とろろきゅうり 野菜スープ 5倍粥	鶏ささみのペースト キャベツと玉ねぎのペースト 野菜スープ 10倍粥
4	金	レバーの中華漬け 元気になるお浸し わかめの味噌汁 オレンジ お茶 ヨーグルト 牛乳 サンドパン	レバーの旨煮 お浸し わかめの味噌汁 軟飯-全粥 お茶 オレンジ	煮魚 青菜の柔か煮 じゃが芋の旨煮 野菜スープ 5倍粥	白身魚と青菜のペースト じゃが芋のペースト 野菜スープ 10倍粥
5	土	牛乳 サブレ りんごジュース あられ	お茶 ビスケット		
7	月	なすミートスパゲティ ゆでブロッコリー 青のりポテト キャベツのコンソメスープ オレンジ 豆乳 スティックパン 牛乳 みかんゼリー	肉じゃが ゆでブロッコリー キャベツのスープ 軟飯-全粥 お茶 オレンジ	肉じゃが ブロッコリーの軟らか煮 キャベツのスープ 5倍粥	鶏ささみとじゃが芋のペースト ブロッコリーのペースト 野菜スープ 10倍粥
8	火	麻婆ナス しらす入り和え物 ほうれん草のすまし汁 ぶどう 牛乳 米菓子 牛乳 ビスケット	麻婆ナス 人参ときゅうりのくたくた煮 ほうれん草のスープ 軟飯-全粥 お茶 ぶどう	マーボーなす風 人参の煮物 とろろきゅうり ほうれん草のスープ 5倍粥	豆腐ペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ 10倍粥
9	水	筑前煮 スティックきゅうり 生揚げの味噌汁 ぶどう 牛乳 リンゴ お茶 冷やしうどん	鶏肉と野菜の煮物 やわらかきゅうり 生揚げの味噌汁 お茶 ぶどう 軟飯-全粥	鶏肉と野菜の煮物 とろろきゅうり 駄のすまし汁 5倍粥	鶏ささみと人参のペースト 玉ねぎとじゃがいものペースト 野菜スープ 10倍粥
10	木	白身魚の磯部揚げ 青菜の五目和え そうめんのすまし汁 パナナ 牛乳 せんべい 牛乳 ジャムサンド	白身魚の煮物 青菜の煮びたし 軟飯-全粥 そうめんのすまし汁 お茶 パナナ	煮魚 青菜の柔か煮 そうめんのすまし汁 5倍粥	白身魚ペースト 小松菜と人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
11	金	揚げ餃子 中華和え ペーコンスープ グレープフルーツ 牛乳 小魚 お茶 ヨーグルト	肉団子の旨煮 春雨と野菜の煮物 野菜スープ 軟飯-全粥 お茶 ヨーグルト	煮魚 春雨と野菜の煮物 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト キャベツと玉ねぎのペースト 野菜スープ 10倍粥
12	土	牛乳 あられ オレンジジュース クラッカー	お茶 せんべい		
14	月	ラーメン 根菜のカレー煮 小魚の佃煮 オレンジ 牛乳 クッキー お茶 おにぎり	にゅう麺 大根といんげんの煮物 しらす粥 お茶 オレンジ	にゅう麺 柔かしらす 大根といんげんの煮物 5倍粥	しらすのペースト 玉ねぎと人参のペースト 大根といんげんのペースト 10倍粥
15	火	大山おこわ チキンカツ ブロッコリーサラダ スパソテー 大根スープ リンゴ 飲むヨーグルト お茶 フルーツケーキ	チキンリゾット 根菜のとろろ煮 スープパゲティ お茶 りんご	野菜リゾット 鶏肉の柔か煮 柔かブロッコリー スープパゲティ 5倍粥	鶏ささみペースト ブロッコリーのペースト 玉ねぎと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
16	水	さわらの味噌だれ ブロッコリーのおかか和え 沢煮碗 オレンジ 牛乳 スティックパン 牛乳 芋ようかん	煮魚 キャベツと人参の旨煮 野菜スープ 軟飯-全粥 お茶 梨	煮魚 キャベツと人参の旨煮 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト キャベツと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
17	木	おからの落とし揚げ ビーマンのじゃこ炒め きのこのすまし汁 ぶどう 牛乳 スティックポーロ 牛乳 チーズちぢみ	おやきの旨煮 かぼちゃと人参の煮物 野菜スープ 軟飯-全粥 お茶 ぶどう	豆腐の旨煮 かぼちゃの煮物 人参の煮物 野菜スープ 5倍粥	豆腐ペースト 人参ペースト かぼちゃのペースト 野菜スープ 10倍粥
18	金	白身魚の胡麻みそ焼き 駄のすまし汁 切り干し大根の和え物 オレンジ 牛乳 きな粉せんべい 牛乳 人参蒸しパン	煮魚 駄のすまし汁 切干大根の煮物 軟飯-全粥 お茶 オレンジ	煮魚 大根の煮物 すまし汁 5倍粥	白身魚のペースト 大根と人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
19	土	牛乳 クラッカー りんごジュース せんべい	お茶 米菓子		
23	水	親子うどん ひじきふりかけ ウインナー 野菜チップス 梨 牛乳 コッペパン 牛乳 ビスケット	煮込みうどん さつまいもの煮物 しらす粥 お茶 梨	煮込みうどん 柔かしらす さつまいもの煮物 玉ねぎと人参のスープ 5倍粥	しらすのペースト さつまいものペースト 玉ねぎと人参のスープ 10倍粥
24	木	しらす入りかき揚げ ポイル野菜 花枝の味噌汁 パナナ 豆乳 チーズクラッカー 牛乳 ピザトースト	鶏肉の旨煮 さつま芋のマッシュポテト ブロッコリーとキャベツの煮物 花枝のすまし汁 軟飯-全粥 お茶 パナナ	ささみ肉の旨煮 ブロッコリーとキャベツの煮物 野菜スープ 5倍粥	鶏ささみペースト さつまいもと人参のペースト ブロッコリーと玉ねぎのペースト 10倍粥 野菜スープ
25	金	鮭のコーンクリームかけ きゅうりの中華漬け 千切り野菜のすまし汁 梨 牛乳 サブレ お茶 フルーツゼリー	鮭のほくし とろろきゅうり 野菜のすまし汁 軟飯-全粥 お茶 梨	煮魚 とろろきゅうり 野菜のすまし汁 5倍粥	白身魚のペースト 大根と人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
26	土	牛乳 せんべい オレンジジュース サブレ	お茶 米菓子		
28	月	和風スパゲティ 人参しりしり にら玉スープ オレンジ 豆乳 米菓子 牛乳 ふかし芋	ささみと小松菜の煮物 人参のやわらか煮 野菜スープ 軟飯-全粥 お茶 オレンジ	ささみと小松菜の煮物 人参のやわらか煮 野菜スープ 5倍粥	ささみペースト 小松菜ペースト 人参ペースト 野菜スープ 10倍粥
29	火	肉じゃが かにかまぼこの酢の物 味噌汁 柿 牛乳 あられ 牛乳 卵サンド	肉じゃが キャベツと春雨の煮物 軟飯-全粥 野菜スープ お茶 柿	鶏ミンチ肉とじゃがいもの煮物 キャベツの柔か煮 野菜スープ 5倍粥	じゃがいもと人参のペースト いんげんとキャベツのペースト 野菜スープ 10倍粥
30	水	鮭の胡麻マヨネーズ焼き 刻み昆布の煮物 キャベツのコンソメスープ オレンジ 牛乳 パナナ お茶 おにぎり	焼き鮭 軟飯-全粥 人参といんげんの煮物 キャベツスープ お茶 オレンジ	煮魚 人参といんげんの煮物 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト 野菜スープ キャベツのペースト 人参のペースト 10倍粥

発達段階や離乳食の進み具合により、メニューを変更する場合があります。