令和5年度

９月　離乳食献立表

菊野台かしのみ保育園

	7・8か月頃		9～11か月頃			
	午前食	食材	午前食	食材	午後食	食材
1(金)	7倍がゆ 豚挽とキャベツの味噌煮 じゃが芋柔らか煮 味噌汁	米 豚挽肉・キャベツ・長ねぎ じゃが芋 わかめ・万能ねぎ	おかゆ 豚挽とキャベツの味噌煮 じゃが芋柔らか煮 味噌汁	米 豚挽肉・キャベツ・長ねぎ じゃが芋 わかめ・万能ねぎ	切干大根がゆ	米・切干大根・キャベツ・長ねぎ
2(土)	鶏がゆ キャベツのコーン煮 味噌汁	米・鶏挽肉・人参 キャベツ・コーン 玉ねぎ・わかめ	鶏がゆ キャベツのコーン煮 味噌汁	米・鶏挽肉・人参 キャベツ・コーン 玉ねぎ・わかめ	パン コーンスープ	キャロットロール コーン・玉ねぎ・キャベツ
4(月)	7倍がゆ ハンバーグ 豆腐ひじき煮 味噌汁	米 豚挽肉・玉ねぎ 豆腐・ひじき・人参・いんげん なす・長ねぎ	おかゆ ハンバーグ 豆腐ひじき煮 味噌汁	米 豚挽肉・玉ねぎ 豆腐・ひじき・人参・いんげん なす・長ねぎ	いんげんがゆ	米・いんげん・玉ねぎ・人参
5(火)	わかめうどん 小松菜柔らか煮	うどん・鶏挽肉・わかめ・人参 小松菜・もやし・ツナ	わかめうどん 小松菜煮	うどん・鶏挽肉・わかめ・人参 小松菜・もやし・ツナ	ホットケーキ 人参スープ	ホットケーキMIX粉・牛乳 人参・小松菜・ツナ
6(水)	7倍がゆ 煮魚 人参の柔らか煮 清汁	米 カレイ 人参・胡瓜 里芋・人参・玉ねぎ	おかゆ 煮魚 人参の柔らか煮 清汁	米 カレイ 人参・胡瓜 里芋・人参・玉ねぎ	肉うどん	うどん・豚挽肉・玉ねぎ・人参
7(木)	パンがゆ ささみの柔らか煮 コロコロ野菜 ほうれん草スープ	食パン・牛乳 ささみ・玉ねぎ さつま芋・胡瓜・人参 ほうれん草・玉ねぎ	パン ささみと玉ねぎ煮 コロコロ野菜 ほうれん草スープ	食パン ささみ・玉ねぎ さつま芋・胡瓜・人参 ほうれん草・玉ねぎ	芋がゆ	米・さつま芋・玉ねぎ・人参
8(金)	7倍がゆ 肉じゃが 胡瓜ツナ柔らか煮 味噌汁	米 豚挽肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋 胡瓜・ツナ 玉ねぎ・もやし	おかゆ 肉じゃが 胡瓜ツナ煮 味噌汁	米 豚挽肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋 胡瓜・ツナ 玉ねぎ・もやし	トマトがゆ	米・トマト・玉ねぎ・じゃが芋
9(土)	チキンライス風がゆ 人参柔らか煮 キャベツスープ	米・鶏挽肉・玉ねぎ 人参・もやし キャベツ	チキンライス風がゆ 人参煮 キャベツスープ	米・鶏挽肉・玉ねぎ 人参・もやし キャベツ	パン 玉ねぎスープ	プティポワン 玉ねぎ・人参・キャベツ
11(月)	7倍がゆ 肉野菜の柔らか煮 南瓜煮 味噌汁	米 豚挽肉・キャベツ・人参 南瓜 わかめ・長ねぎ	おかゆ 肉野菜煮 南瓜煮 味噌汁	米 豚挽肉・キャベツ・人参 南瓜 わかめ・長ねぎ	蒸しパン ベジタブルスープ	小麦粉・BP・牛乳 キャベツ・人参・長ねぎ
12(火)	五目うどん 二色野菜	うどん・豚挽肉・キャベツ・人参 もやし・玉ねぎ 胡瓜・人参	五目うどん 二色野菜	うどん・豚挽肉・キャベツ・人参 もやし・玉ねぎ 胡瓜・人参	人参がゆ	米・人参・玉ねぎ・キャベツ
13(水)	7倍がゆ カレイの玉ねぎ煮 大根の柔らか煮 味噌汁	米 カレイ・玉ねぎ 大根・人参 なす・玉ねぎ	おかゆ カレイの玉ねぎ煮 大根の煮物 味噌汁	米 カレイ・玉ねぎ 大根・人参 なす・玉ねぎ	ホットケーキ 大根スープ	ホットケーキMIX粉・牛乳 大根・人参・なす
14(木)	パンがゆ 豚挽と人参のトマト煮 茹でブロッコリー コーンスープ	食パン・牛乳 豚挽肉・人参・玉ねぎ・トマト ブロッコリー コーン・玉ねぎ	パンがゆ 豚挽と人参のトマト煮 茹でブロッコリー コーンスープ	食パン・牛乳 豚挽肉・人参・玉ねぎ・トマト ブロッコリー コーン・玉ねぎ	コーンがゆ	米・コーン・玉ねぎ・ブロッコリー
15(金)	7倍がゆ 豚挽とキャベツの味噌煮 じゃが芋柔らか煮 味噌汁	米 豚挽肉・キャベツ・長ねぎ じゃが芋 わかめ・万能ねぎ	おかゆ 豚挽とキャベツの味噌煮 じゃが芋柔らか煮 味噌汁	米 豚挽肉・キャベツ・長ねぎ じゃが芋 わかめ・万能ねぎ	切干大根がゆ	米・切干大根・キャベツ・長ねぎ
16(土)	鶏がゆ キャベツのコーン煮 味噌汁	米・鶏挽肉・人参 キャベツ・コーン 玉ねぎ・わかめ	鶏がゆ キャベツのコーン煮 味噌汁	米・鶏挽肉・人参 キャベツ・コーン 玉ねぎ・わかめ	パン コーンスープ	キャロットロール コーン・玉ねぎ・キャベツ
19(火)	わかめうどん 小松菜柔らか煮	うどん・鶏挽肉・わかめ・人参 小松菜・もやし・ツナ	わかめうどん 小松菜煮	うどん・鶏挽肉・わかめ・人参 小松菜・もやし・ツナ	ホットケーキ 人参スープ	ホットケーキMIX粉・牛乳 人参・小松菜・ツナ
20(水)	7倍がゆ 煮魚 人参の柔らか煮 清汁	米 カレイ 人参・胡瓜 里芋・人参・玉ねぎ	おかゆ 煮魚 人参の柔らか煮 清汁	米 カレイ 人参・胡瓜 里芋・人参・玉ねぎ	肉うどん	うどん・豚挽肉・玉ねぎ・人参
21(木)	パンがゆ ささみの柔らか煮 コロコロ野菜 ほうれん草スープ	食パン・牛乳 ささみ・玉ねぎ さつま芋・胡瓜・人参 ほうれん草・玉ねぎ	パン ささみと玉ねぎ煮 コロコロ野菜 ほうれん草スープ	食パン ささみ・玉ねぎ さつま芋・胡瓜・人参 ほうれん草・玉ねぎ	芋がゆ	米・さつま芋・玉ねぎ・人参
22(金)	7倍がゆ 肉じゃが 胡瓜ツナ柔らか煮 味噌汁	米 豚挽肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋 胡瓜・ツナ 玉ねぎ・もやし	おかゆ 肉じゃが 胡瓜ツナ煮 味噌汁	米 豚挽肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋 胡瓜・ツナ 玉ねぎ・もやし	トマトがゆ	米・トマト・玉ねぎ・じゃが芋
25(月)	7倍がゆ 肉野菜の柔らか煮 南瓜煮 味噌汁	米 豚挽肉・キャベツ・人参 南瓜 わかめ・長ねぎ	おかゆ 肉野菜煮 南瓜煮 味噌汁	米 豚挽肉・キャベツ・人参 南瓜 わかめ・長ねぎ	蒸しパン ベジタブルスープ	小麦粉・BP・牛乳 キャベツ・人参・長ねぎ
26(火)	五目うどん 二色野菜	うどん・豚挽肉・キャベツ・人参 もやし・玉ねぎ 胡瓜・人参	五目うどん 二色野菜	うどん・豚挽肉・キャベツ・人参 もやし・玉ねぎ 胡瓜・人参	人参がゆ	米・人参・玉ねぎ・キャベツ
27(水)	7倍がゆ カレイの玉ねぎ煮 大根の柔らか煮 味噌汁	米 カレイ・玉ねぎ 大根・人参 なす・玉ねぎ	おかゆ カレイの玉ねぎ煮 大根の煮物 味噌汁	米 カレイ・玉ねぎ 大根・人参 なす・玉ねぎ	ホットケーキ 大根スープ	ホットケーキMIX粉・牛乳 大根・人参・なす
28(木)	7倍がゆ チキンボール 柔らか温野菜 オニオンスープ	米 鶏挽肉・玉ねぎ ブロッコリー・人参 玉ねぎ・さつま芋	おかゆ チキンボール 温野菜 オニオンスープ	米 鶏挽肉・玉ねぎ ブロッコリー・人参 玉ねぎ・さつま芋	ブロッコリーがゆ	米・ブロッコリー・人参・玉ねぎ
29(金)	7倍がゆ ハンバーグ 豆腐ひじき煮 味噌汁	米 豚挽肉・玉ねぎ 豆腐・ひじき・人参・いんげん なす・長ねぎ	おかゆ ハンバーグ 豆腐ひじき煮 味噌汁	米 豚挽肉・玉ねぎ 豆腐・ひじき・人参・いんげん なす・長ねぎ	いんげんがゆ	米・いんげん・玉ねぎ・人参
30(土)	チキンライス風がゆ 人参柔らか煮 キャベツスープ	米・鶏挽肉・玉ねぎ 人参・もやし キャベツ	チキンライス風がゆ 人参煮 キャベツスープ	米・鶏挽肉・玉ねぎ 人参・もやし キャベツ	パン 玉ねぎスープ	プティポワン 玉ねぎ・人参・キャベツ

※主食・主菜・副菜の分量については乳児食の８割からを目安としています。
※プティポワン・プティプランは、国産小麦使用、卵不使用のやわらかな食感のパンです。