

2020年 9月献立表 (離乳食)

日 曜	午前食	主な材料	午後食 ()内は、主な材料です。	日 曜	午前食	主な材料	午後食 ()内は、主な材料です。
1 火	軟飯 かぼちゃのそぼろあんかけ ほうれん草のおかか和え	米 鶏肉 かぼちゃ 玉ねぎ ほうれん草 人参 かつおぶし	赤ちゃんラスク (パン)	15 火	軟飯 かぼちゃのそぼろあんかけ ほうれん草のおかか和え	米 鶏肉 かぼちゃ 玉ねぎ ほうれん草 人参 かつおぶし	ミルクかん (粉ミルク 寒天)
2 水	軟飯 煮豆腐 人参スティック	米 豆腐 かぼちゃ 三度豆 人参	そぼろごはん (米 鶏肉)	16 水	軟飯 煮豆腐 人参スティック	米 豆腐 かぼちゃ 三度豆 人参	さつまいもごはん (米 さつまいも)
3 木	軟飯 冬瓜のそぼろ煮 じゃがいもスティック	米 鶏肉 冬瓜 人参 じゃがいも 青のり	りんごかん (りんご 寒天)	17 木	軟飯 冬瓜のそぼろ煮 じゃがいもスティック	米 鶏肉 冬瓜 人参 じゃがいも 青のり	野菜蒸しパン (ホットケーキミックス ブロッコリー 人参)
4 金	軟飯 ツナじゃが ブロッコリーのやわらか煮	米 ツナ じゃがいも 人参 玉ねぎ ブロッコリー	きのこリゾット (米 鶏肉 人参 玉ねぎ マッシュルーム)	18 金	軟飯 ツナじゃが ブロッコリーのやわらか煮	米 ツナ じゃがいも 人参 玉ねぎ ブロッコリー	きな粉マカロニ (マカロニ きな粉)
5 土	軟飯 ツナと白菜のクリーム煮 わかめスープ	米 ツナ 白菜 人参 えのき 粉ミルク わかめ パセリ	トマト蒸しパン (ホットケーキミックス トマト)	19 土	軟飯 ツナと白菜のクリーム煮 わかめスープ	米 ツナ 白菜 人参 えのき 粉ミルク わかめ パセリ	粉ふきいも (じゃがいも 青のり)
7 月	軟飯 煮魚 三度豆のやわらか煮	米 白身魚 かぼちゃ 三度豆 人参	にゅうめん (そうめん 鶏肉 人参 ほうれん草)	23 水	軟飯 煮魚 三度豆のやわらか煮	米 白身魚 かぼちゃ 三度豆 人参	いもようかん (さつまいも 寒天)
8 火	軟飯 キャベツのコーンクリーム煮 粉ふきいも	米 鶏肉 キャベツ コーン しめじ 人参 じゃがいも パセリ	りんごのコンポート (りんご)	24 木	軟飯 魚のトマト煮 小松菜の煮浸し	米 白身魚 トマト 玉ねぎ エリンギ 小松菜 えのき	グリーンピースごはん (米 グリーンピース)
9 水	軟飯 ツナ大根 三度豆のおかか和え	米 ツナ 大根 人参 しいたけ 三度豆 かつおぶし	トマトかん (トマト 寒天)	25 金	軟飯 ツナと白菜のうま煮 さつまいものレモン煮	米 ツナ 白菜 人参 しめじ さつまいも レモン果汁	苺蒸しパン (ホットケーキミックス 苺ジャム)
10 木	軟飯 魚のトマト煮 小松菜の煮浸し	米 白身魚 トマト 玉ねぎ エリンギ 小松菜 えのき	グリーンピースごはん (米 グリーンピース)	26 土	軟飯 高野豆腐の含め煮 キャベツのおかか和え	米 高野豆腐 しいたけ 人参 キャベツ かつおぶし	かぼちゃの茶巾しぼり (かぼちゃ)
11 金	軟飯 豆腐と野菜のみそ煮込み かぼちゃの煮もの	米 豆腐 ブロッコリー 人参 しいたけ かぼちゃ	トマトスパゲティ (スパゲティ ツナ トマト キャベツ 三度豆)	28 月	軟飯 ツナ大根 三度豆のおかか和え	米 ツナ 大根 人参 しいたけ 三度豆 かつおぶし	じゃがいものお焼き (じゃがいも 片栗粉)
12 土	軟飯 高野豆腐の含め煮 キャベツのおかか和え	米 高野豆腐 しいたけ 人参 キャベツ かつおぶし	ふかしいも (さつまいも)	29 火	軟飯 キャベツのコーンクリーム煮 粉ふきいも	米 鶏肉 キャベツ コーン しめじ 人参 じゃがいも パセリ	バナナ蒸しパン (ホットケーキミックス バナナ)
14 月	軟飯 ブロッコリーのうま煮 三度豆と人参のサラダ	米 鶏肉 ブロッコリー 人参 えのき 三度豆 人参	かぼちゃのお焼き (かぼちゃ 片栗粉)	30 水	軟飯 高野豆腐のそぼろ煮 ツナサラダ	米 鶏肉 高野豆腐 しめじ 玉ねぎ ツナ キャベツ 人参	かつおごはん (米 かつおぶし)

★この献立は後期食を基準に作成しています。お子様の成長に合わせて 食材・調理形態などを調整いたしますので、クラス担任にご相談ください。

★後期食については、午前食に果物がついています。

★調味料は記載していませんが、中期食より使用しています。