

2021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 水	軟飯 ツナとキャベツのトマト煮 さつまいもスティック	米 ツナ キャベツ トマト 玉ねぎ しめじ さつまいも	そぼろごはん (米 鶏肉)	15 水	軟飯 ツナとキャベツのトマト煮 さつまいもスティック	米 ツナ キャベツ トマト 玉ねぎ しめじ さつまいも	グリーンピースごはん (米 グリーンピース)
2 木	軟飯 煮魚 小松菜のおかか和え	米 白身魚 かぼちゃ 小松菜 人参 かつおぶし	のりポテト (じゃがいも 青のり)	16 木	軟飯 煮魚 小松菜のおかか和え	米 白身魚 かぼちゃ 小松菜 人参 かつおぶし	りんごのコンポート (りんご)
3 金	軟飯 鶏じゃが ほうれん草の煮浸し	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ ほうれん草	さつまいものレモン煮 (さつまいも レモン果汁)	17 金	軟飯 じゃがいものカレー風味煮 ブロッコリーのやわらか煮	米 鶏肉 じゃがいも 人参 カレー粉 ブロッコリー	スイートポテト (さつまいも)
4 土	軟飯 かぼちゃのそぼろ煮 豆腐のみそ汁	米 鶏肉 かぼちゃ 三度豆 豆腐 小松菜	りんごかん (りんご 寒天)	18 土	軟飯 かぼちゃのそぼろ煮 豆腐のみそ汁	米 鶏肉 かぼちゃ 三度豆 豆腐 小松菜	マカロニきな粉 (マカロニ きな粉)
6 月	軟飯 赤ちゃんマーボー チンゲン菜の煮浸し	米 豆腐 鶏肉 人参 しいたけ チンゲン菜	煮込みうどん (うどん 鶏肉 人参 しいたけ ほうれん草)	21 火	軟飯 赤ちゃんマーボー チンゲン菜の煮浸し	米 豆腐 鶏肉 人参 しいたけ チンゲン菜	さつまいもようかん (さつまいも 寒天)
7 火	軟飯 魚のみそ煮 三度豆のおかか和え	米 白身魚 人参 ほうれん草 三度豆 かつおぶし	かぼちゃ蒸しパン (ホットケーキミックス かぼちゃ)	22 水	軟飯 鶏と野菜のポトフ じゃがいもスティック	米 鶏肉 人参 玉ねぎ ブロッコリー エリンギ じゃがいも	かつおごはん (米 かつおぶし)
8 水	軟飯 魚のおろしあんかけ キャベツの煮浸し	米 白身魚 大根 キャベツ 人参 しめじ	トマトリゾット (米 鶏肉 トマト 玉ねぎ 人参 しいたけ)	24 金	軟飯 魚のみそ煮 三度豆のおかか和え	米 白身魚 人参 ほうれん草 三度豆 かつおぶし	りんご蒸しパン (ホットケーキミックス りんご)
9 木	軟飯 鶏と野菜のポトフ じゃがいもスティック	米 鶏肉 人参 玉ねぎ ブロッコリー エリンギ じゃがいも	じゃがいものトマト煮 (ツナ じゃがいも トマト)	25 土	軟飯 煮豆腐 お麩のみそ汁	米 豆腐 チンゲン菜 お麩 玉ねぎ えのき	大学芋風 (さつまいも)
10 金	軟飯 ツナ大根煮 人参スティック	米 ツナ 大根 三度豆 人参	赤ちゃんりんごわらび餅 (りんご 片栗粉)	27 月	軟飯 ツナ大根煮 人参スティック	米 ツナ 大根 三度豆 人参	ツナスパゲティ (スパゲティ ツナ コーン 人参 しめじ 三度豆)
11 土	軟飯 煮豆腐 お麩のみそ汁	米 豆腐 チンゲン菜 お麩 玉ねぎ えのき	じゃがいものお焼き (じゃがいも 片栗粉 青のり)	28 火	軟飯 魚のおろしあんかけ キャベツの煮浸し	米 白身魚 大根 キャベツ 人参 しめじ	ジャムサンド (パン 苺ジャム)
13 月	軟飯 魚のコーンクリームソースがけ かぼちゃのやわらか煮	米 白身魚 コーン 玉ねぎ 人参 かぼちゃ	にゅうめん (そうめん 鶏肉 人参 しいたけ 三度豆)	29 水	軟飯 魚のカレー風味煮 人参のやわらかおかか和え	米 白身魚 ブロッコリー カレー粉 人参 かつおぶし	ツナみそ風味ごはん (米 ツナ 三度豆)
14 火	軟飯 鶏じゃが ほうれん草の煮浸し	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ ほうれん草	かぼちゃの茶巾しぼり (かぼちゃ)	30 木	軟飯 魚のコーンクリームソースがけ かぼちゃのやわらか煮	米 白身魚 コーン 玉ねぎ 人参 かぼちゃ	さつまいもようかん (さつまいも 寒天)

★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。