

# 2022年 9月献立表 (離乳食)

\*9月17日(土)は聖和乳幼児保育センター50周年記念式典のため休園日となります。

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 木	軟飯 魚の野菜あんかけ ブロッコリーのおかか和え	米 白身魚 三度豆 椎茸 人参 ブロッコリー かつおぶし	かぼちゃようかん (かぼちゃ 寒天)	15 木	軟飯 魚の野菜あんかけ ブロッコリーのおかか和え	米 白身魚 三度豆 椎茸 人参 ブロッコリー かつおぶし	かぼちゃのお焼き (かぼちゃ 片栗粉)
2 金	軟飯 高野豆腐と野菜の含め煮 三度豆のやわらか煮	米 高野豆腐 人参 しめじ 三度豆	トマトリゾット (米 鶏肉 トマト 椎茸 三度豆)	16 金	軟飯 鶏とキャベツのうま煮 二色のおかか和え	米 鶏肉 キャベツ 人参 玉ねぎ 白菜 ほうれん草 かつおぶし	りんごのコンポート (りんご)
3 土	軟飯 赤ちゃんマーボー わかめスープ	米 鶏肉 豆腐 人参 しめじ 玉ねぎ わかめ えのき	煮込みうどん (うどん 大根 人参 しいたけ)	20 火	軟飯 白和え風煮 人参スティック	米 豆腐 三度豆 人参 しめじ 人参	スイートポテト (さつまいも)
5 月	軟飯 魚のおろしあんかけ ほうれん草の磯辺和え	米 白身魚 大根 かぼちゃ ほうれん草 人参 のり	りんごかん (りんご 寒天)	21 水	軟飯 じゃがいものそぼろあんかけ キャベツのおかか和え	米 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ キャベツ 人参 かつおぶし	わかめごはん (米 わかめ)
6 火	軟飯 白和え風煮 人参スティック	米 豆腐 三度豆 人参 しめじ 人参	焼きバナナ (バナナ)	22 木	軟飯 高野豆腐と野菜の含め煮 三度豆のやわらか煮	米 高野豆腐 人参 しめじ 三度豆	のりポテト (じゃがいも 青のり)
7 水	軟飯 じゃがいものそぼろあんかけ キャベツのおかか和え	米 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ キャベツ 人参 かつおぶし	枝豆ごはん (米 枝豆)	24 土	軟飯 赤ちゃんマーボー わかめスープ	米 鶏肉 豆腐 人参 しめじ 玉ねぎ わかめ えのき	トマトかん (トマト 寒天)
8 木	軟飯 煮豆腐 かぼちゃの煮もの	米 豆腐 小松菜 人参 かぼちゃ	ホットケーキ (米粉のホットケーキミックス)	26 月	軟飯 煮魚 小松菜の煮浸し	米 白身魚 茄子 かぼちゃ 小松菜 えのき	さつまいもの茶巾絞り (さつまいも)
9 金	軟飯 魚のみそ煮 ほうれん草の煮浸し	米 白身魚 かぼちゃ 三度豆 ほうれん草 人参 えのき	野菜蒸しパン (米粉のホットケーキミックス ブロッコリー 人参)	27 火	軟飯 煮豆腐 かぼちゃの煮もの	米 豆腐 小松菜 人参 かぼちゃ	じゃがいものそぼろ煮 (鶏肉 じゃがいも)
10 土	軟飯 ツナと白菜のうま煮 豆腐のみそ汁	米 ツナ 白菜 しめじ 豆腐 人参	にゅうめん (そうめん 鶏肉 人参 椎茸 三度豆)	28 水	軟飯 白菜のコーンクリーム煮 さつまいもスティック	米 ツナ 白菜 コーン 人参 しめじ 三度豆 さつまいも	グリーンピースごはん (米 グリーンピース)
12 月	軟飯 かぼちゃのそぼろ煮 じゃがいもスティック	米 鶏肉 かぼちゃ 玉ねぎ 人参 しめじ じゃがいも	きのこリゾット (米 しめじ えのき 椎茸)	29 木	軟飯 かぼちゃのそぼろ煮 じゃがいもスティック	米 鶏肉 かぼちゃ 玉ねぎ 人参 しめじ じゃがいも	かつおごはん (米 かつおぶし)
13 火	軟飯 煮魚 小松菜の煮浸し	米 白身魚 茄子 かぼちゃ 小松菜 えのき	ジャムサンド (パン 苺ジャム)	30 金	軟飯 魚のみそ煮 ほうれん草の煮浸し	米 白身魚 かぼちゃ 三度豆 ほうれん草 人参 えのき	苺蒸しパン (米粉のホットケーキミックス 苺ジャム)
14 水	軟飯 白菜のコーンクリーム煮 さつまいもスティック	米 ツナ 白菜 コーン 人参 しめじ 三度豆 さつまいも	そぼろおにぎり (米 鶏肉)				

★この献立は後期食を基準に作成しています。中期食は、後期食のメニューから刻んだり、味を薄めたり、潰したものを提供しています。

前期食は、アクの少ない野菜をペースト状にして提供しています。

★中期食から、午後食を提供しています。

★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。