

2020年度 9月 離乳食 献立表

日曜	昼食	午前おやつ	午後おやつ
1 火	具沢山おじや 煮魚 南瓜煮 カブの含め煮 米 白菜 人参 椎茸 玉葱 ギンダラ 南瓜 カブ	くだもの	わかめうどん うどん わかめ 人参 葱 椎茸
2 水	軟飯(かゆ) ささみの葱煮 ひじき煮 茹できゅうり すまし汁 米 ささみ 葱 ひじき 人参 椎茸 きゅうり 玉葱 大根 じゃが芋 葱	くだもの	チーズ入りフィッシュポテト 粉チーズ ムキガレイ じゃが芋
3 木	軟飯(かゆ) 豚ひきの軟らか煮 雌株と野菜の軟らか煮 ポテト煮 豆腐のみそ汁 米 豚ひき 葱 雌株 キャベツ 人参 きゅうり じゃが芋 味噌 絹豆腐 えのき 葱	くだもの	ツナと野菜のおじや 米 ツナ 人参 椎茸
4 金	軟飯(かゆ) 焼魚 青梗菜の軟らか煮 里芋煮 みそ汁 米 ムキガレイ 青梗菜 人参 里芋 味噌 人参 大根 葱 しめじ	くだもの	さつま芋団子 さつま芋 片栗粉 油
5 土	軟らか焼きうどん 粉ふき芋 うどん キャベツ 人参 もやし じゃが芋	くだもの	クリームリゾット ミルク 米 玉葱 人参 じゃが芋
7 月	軟飯(かゆ) 納豆のおろし煮 野菜の煮びたし ポテト煮 みそ汁 米 ひき割り納豆 カブ しらす 小松菜 もやし じゃが芋 味噌 人参 葱 大根	くだもの	しらす入りわかめおじや しらす わかめ 米 人参 葱 椎茸
8 火	食ぱん(ぱんがゆ) レバーペースト 野菜の軟らか煮 茹でブロッコリー かぼちゃスープ 食ぱん 豚レバー キャベツ 人参 大根 ブロッコリー 玉葱 南瓜 粉ミルク	くだもの	青菜おじや 米 小松菜 葱 人参
9 水	軟飯(かゆ) 煮魚 南瓜煮 茹でブロッコリー みそ汁 米 ギンダラ 南瓜 ブロッコリー 味噌 大根 人参 葱 しめじ 椎茸 里芋	くだもの	コーンヌードル うどん クリームコーン缶 玉葱 ミルク 人参
10 木	軟飯(かゆ) 鶏そぼろ 野菜の煮びたし 人参と椎茸の軟らか煮 みそ汁 米 鶏ひき 小松菜 もやし 人参 椎茸 味噌 わかめ 玉葱	くだもの	しらす夕焼けうどん しらす うどん 人参 葱
11 金	軟飯(かゆ) ささみの和風煮 ほうれん草の軟らか煮 ポテト煮 みそ汁 米 ささみ ほうれん草 人参 もやし じゃが芋 味噌 大根 人参 葱 絹豆腐	くだもの	しらす入り野菜おじや しらす 人参 椎茸 葱 米
12 土	けんちんおじや 茹できゅうり 米 人参 白菜 葱 大根 里芋 きゅうり	くだもの	チーズヌードル 粉チーズ ミルク うどん 玉葱 人参 芋
14 月	軟飯(かゆ) 豆腐入り肉団子 カブの含め煮 ナスの含め煮 みそ汁 米 絹豆腐 鶏ひき カブ ナス 味噌 玉葱 人参 じゃが芋	くだもの	スウィートポテト さつま芋 ミルク
15 火	食ぱん(ぱんがゆ) ささみの和風煮 粉ふき芋 ほうれん草ともやしの煮びたし 野菜スープ 食ぱん ささみ じゃが芋 ほうれん草 もやし 人参 葱 ニラ 椎茸	くだもの	夕焼けおじや 米 人参 葱
16 水	軟飯(かゆ) 豚ひきの軟らか煮 茹できゅうり ナスの含め煮 青菜のみそ汁 米 豚ひき きゅうり ナス 味噌 青菜 葱 えのき	くだもの	じゃが芋もち じゃが芋 片栗粉 油
17 木	冷麦 焼魚 野菜の煮びたし カブの含め煮 冷麦 人参 葱 椎茸 ムキガレイ 小松菜 もやし カブ	くだもの	味噌がゆ 米 人参 椎茸 葱 味噌
18 金	軟飯(かゆ) 豚ひきと玉葱の軟らか煮 南瓜煮 茹でブロッコリー みそ汁 米 豚ひき 玉葱 南瓜 ブロッコリー 味噌 人参 大根 葱 しめじ	くだもの	青菜うどん うどん 小松菜 葱 人参
19 土	わかめおじや 茹できゅうり 米 わかめ 人参 椎茸 葱 じゃが芋 きゅうり	くだもの	しらす入り味噌煮込みうどん しらす 味噌 うどん 人参 葱 椎茸
21 月	敬老の日		
22 火	秋分の日		
23 水	軟飯(かゆ) 豆腐入り肉団子 ポテト煮 野菜の軟らか煮 野菜スープ 米 絹豆腐 鶏ひき肉 じゃが芋 もやし 人参 きゅうり 玉葱 じゃが芋	くだもの	コーンリゾット 米 クリームコーン 玉葱 ミルク 人参
24 木	軟飯(かゆ) 豚ひきと玉葱の軟らか煮 野菜の煮びたし カブの含め煮 みそ汁 米 豚ひき 玉葱 小松菜 もやし カブ 味噌 大根 人参 絹豆腐 白菜 葱 ニラ	くだもの	フィッシュポテト じゃが芋 ムキガレイ
25 金	クリームヌードル ささみの和風煮 じゃが芋の軟らか煮 ナスの含め煮 うどん 玉葱 人参 粉ミルク ささみ じゃが芋 ナス	くだもの	ツナと野菜のおやき 米 ツナ 人参 ニラ 片栗粉 油
26 土	野菜スープヌードル 茹でブロッコリー うどん キャベツ 人参 玉葱 じゃが芋 カブ セロリ ブロッコリー	くだもの	しらす入り青菜おじや 米 しらす 小松菜 葱
28 月	軟飯(かゆ) 野菜入り納豆のおろし煮 野菜の軟らか煮 里芋煮 みそ汁 米 オクラ ニラ ひき割り納豆 カブ しらす 小松菜 もやし 里芋 味噌 大根 人参 葱	くだもの	味噌煮込みうどん 味噌 うどん 葱 人参 椎茸
29 火	軟飯(かゆ) 豚レバーペースト 野菜の煮びたし 卵の花煮 みそ汁 米 豚レバー 小松菜 もやし おから 人参 椎茸 葱 味噌 大根 さつま芋	くだもの	南瓜団子 南瓜 片栗粉 油
30 水	軟飯(かゆ) 焼魚 もやしと人参の軟らか煮 南瓜煮 すまし汁 米 ムキガレイ もやし 人参 南瓜 葱 えのき 小松菜	くだもの	夕焼けうどん うどん 人参 葱

昼食・おやつの上段は本日のメニュー、下段は主な食品名です。
 材料は都合により献立を変更する場合があります。ご了承下さい。
 午前のおやつのかだものは柿・りんご・梨を使用しています