

2021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 水	軟飯(かゆ) 焼魚 ほうれん草ともやしの煮びたし スティックきゅうり みそ汁 米 ムキガレイ ほうれん草 もやし きゅうり 味噌 玉葱 じゃが芋	くだもの	煮込みうどん うどん 人参 葱 椎茸
2 木	軟飯(かゆ) 豆腐入り肉団子 わかめと野菜の煮びたし ポテト煮 野菜スープ 米 絹豆腐 鶏ひき わかめ キャベツ きゅうり 人参 えのき じゃが芋 人参 玉葱	くだもの	フィッシュポテト じゃが芋 ムキガレイ
3 金	軟飯(かゆ) 蒸魚 キャベツの軟らか煮 カブの含め煮 みそ汁 米 ムキガレイ キャベツ 人参 もやし カブ 味噌 わかめ 玉葱	くだもの	わかめおじや 米 わかめ 人参 葱 椎茸
4 土	南瓜入り味噌がゆ スティックきゅうり 米 味噌 南瓜 玉葱 人参 じゃが芋 きゅうり	くだもの	チーズヌードル うどん 粉ミルク 粉チーズ 玉葱 人参 じゃが芋
6 月	軟飯(かゆ) 豚そぼろ きのこと野菜の軟らか煮 茹でブロッコリー 野菜スープ 米 豚ひき えのき しめじ 舞茸 マッシュルーム 椎茸 キャベツ きゅうり 人参 ブロッコリー 玉葱 じゃが芋	くだもの	コーンヌードル うどん クリームコーン缶 玉葱 人参 粉ミルク
7 火	軟飯(かゆ) 焼魚 野菜の煮びたし カブの含め煮 みそ汁 米 ムキガレイ 小松菜 もやし カブ 味噌 人参 大根 しめじ 葱	くだもの	味噌がゆ 米 味噌 人参 葱 しめじ
8 水	食ぱん(ぱんがゆ) 豚レバーペースト もやしときゅうりの煮びたし 南瓜煮 野菜スープ 食ぱん 豚レバー もやし きゅうり 南瓜 玉葱 じゃが芋 人参	くだもの	しらす入り青菜おじや しらす 小松菜 人参 葱 米
9 木	軟飯(かゆ) ささみの和風煮 野菜の軟らか煮 ポテト煮 豆腐のみそ汁 米 ささみ 人参 きゅうり もやし じゃが芋 味噌 絹豆腐 葱 えのき	くだもの	人参ケーキ 人参 小麦粉 BP 粉ミルク 油
10 金	軟飯(かゆ) 豚ひきと玉葱の軟らか煮 キャベツの軟らか煮 ポテト煮 みそ汁 米 豚ひき 玉葱 キャベツ きゅうり 人参 じゃが芋 味噌 わかめ 大根	くだもの	ツナと野菜のうどん うどん ツナ 人参 大根
11 土	わかめおじや 茹でブロッコリー 米 わかめ 人参 葱 椎茸 ブロッコリー	くだもの	味噌煮込みうどん 味噌 うどん 人参 椎茸 葱
13 月	食ぱん(ぱんがゆ) ささみの和風煮 ほうれん草ともやしの煮びたし 粉ふき芋 野菜スープ 食ぱん ささみ ほうれん草 もやし じゃが芋 人参 葱 椎茸 ニラ	くだもの	夕焼けおじや 米 人参 葱
14 火	軟飯(かゆ) 納豆のおろし煮 野菜の煮びたし 里芋煮 みそ汁 米 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	コーンリゾット 米 粉ミルク クリームコーン缶 玉葱 人参
15 水	軟飯(かゆ) ささみの和風煮 南瓜煮 卵の花煮 みそ汁 米 ささみ 南瓜 おから 椎茸 人参 葱 味噌 わかめ 玉葱	くだもの	じゃが芋もち じゃが芋 片栗粉 油
16 木	軟飯(かゆ) 豚ひきと玉葱の軟らか煮 ナスの含め煮 野菜の煮びたし みそ汁 米 豚ひき 玉葱 ナス 小松菜 もやし 味噌 大根 人参 絹豆腐 葱 ニラ 白菜	くだもの	わかめうどん わかめ うどん 人参 葱 椎茸
17 金	軟飯(かゆ) 魚の味噌煮 雌株と野菜の煮びたし 茹でブロッコリー さつま汁 米 ギンダラ 雌株 キャベツ 人参 きゅうり ブロッコリー さつま芋 大根 もやし 椎茸 葱	くだもの	青菜おじや 米 小松菜 葱 人参
18 土	チーズリゾット 粉ふき芋 米 粉チーズ 玉葱 人参 じゃが芋 粉ミルク	くだもの	しらす入り野菜うどん うどん しらす 人参 葱 芋
20 月	敬老の日		
21 火	軟飯(かゆ) ささみの和風煮 野菜の軟らか煮 カブの含め煮 野菜スープ 米 ささみ 人参 もやし きゅうり カブ 玉葱 じゃが芋 カブ菜	くだもの	野菜のおやき 米 片栗粉 油 人参 玉葱 ニラ
22 水	食ぱん(ぱんがゆ) 豚レバーペースト 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	ツナと野菜のおじや ツナ 人参 葱 米
23 木	秋分の日		
24 金	軟飯(かゆ) 焼魚 ほうれん草とえのきの煮びたし 里芋煮 みそ汁 米 ムキガレイ ほうれん草 えのき もやし 里芋 味噌 大根 葱 人参 しめじ	くだもの	南瓜団子 南瓜 片栗粉 油
25 土	軟らか焼うどん 南瓜煮 うどん キャベツ 人参 ピーマン 椎茸 もやし 南瓜	くだもの	南瓜入りチーズヌードル うどん 粉チーズ 南瓜 玉葱 人参 粉ミルク
27 月	軟飯(かゆ) 野菜入り納豆のおろし煮 小松菜と白菜の煮びたし ポテト煮 みそ汁 米 オクラ ニラ ひきわり納豆 カブ しらす 小松菜 白菜 じゃが芋 味噌 人参 大根 葱	くだもの	青菜うどん 小松菜 うどん 葱 人参
28 火	クリームヌードル 豆腐入り肉団子 ひじきと野菜の軟らか煮 粉ふき芋 うどん 粉ミルク 人参 玉葱 絹豆腐 鶏ひき ひじき キャベツ きゅうり セロリ じゃが芋	くだもの	ツナと野菜のおやき ツナ 米 片栗粉 人参 葱 油
29 水	軟飯(かゆ) 豚レバーペースト 野菜の煮びたし ひじき煮 すまし汁 米 豚レバー 小松菜 もやし ひじき 人参 椎茸 玉葱 大根 葱 じゃが芋	くだもの	しらす入り味噌がゆ しらす 味噌 米 人参 葱 椎茸
30 木	軟飯(かゆ) 焼魚 野菜の軟らか炒め ポテト煮 みそ汁 米 ムキガレイ キャベツ 人参 もやし ニラ 椎茸 じゃが芋 味噌 玉葱 大根	くだもの	しらす入り夕焼けうどん しらす 人参 葱 うどん

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。
 午前のおやつのは梨・オレンジ・りんごを使用しています