

9月 離乳食献立 ~初期~

赤保発第 84 号
平成29年9月1日
赤間保育園
園長 小方 圭子

日	曜	主食	午前食	午後食	主な材料(午前食)	(午後食)
1	金	お粥	しらすのくたくた煮 豆腐のお汁	玉ねぎのくたくた煮 人参のお汁	しらす キャベツ 豆腐 昆布 鰹節	玉ねぎ 人参 昆布
2	土	午前お粥	大根のやわ煮 人参のお汁	具うどん	大根 玉ねぎ 人参 昆布	うどんめん キャベツ 人参 豆腐 昆布 鰹節
4	月	お粥	キャベツの煮物 玉ねぎのお汁	ブロッコリーのやわ煮 じゃが芋のお汁	キャベツ 人参 たまねぎ いりこ	ブロッコリー じゃが芋 かつお節
5	火	お粥	さつまいものやわ煮 麩のお汁	白身魚のやわ煮 人参のお汁	さつまいも 麩 人参 いりこ	白身魚 人参 昆布
6	水	午前お粥	豆腐のやわ煮 人参のお汁	具うどん	豆腐 玉ねぎ 人参 昆布	うどん麺 玉ねぎ 人参 昆布 鰹節
7	木	お粥	じゃが芋のやわ煮 野菜のスープ	豆腐のふわふわ煮 キャベツのお汁	じゃが芋 玉ねぎ 人参 昆布	豆腐 玉ねぎ キャベツ 人参 いりこ
8	金	お粥	キャベツの煮物 麩のお汁	麩と人参のとろとろ煮 さつま芋のお汁	キャベツ 麩 人参 いりこ	麩 人参 さつま芋 昆布
9	土	お粥	さつまいものやわ煮 玉ねぎのお汁	豆腐のやわ煮 麩のお汁	さつまいも 玉ねぎ 昆布 鰹節	玉ねぎ 豆腐 麩 玉ねぎ いりこ
11	月	お粥	ブロッコリーの煮物 野菜のスープ	かぼちゃのやわ煮 じゃがいものお汁	ブロッコリー 玉ねぎ 玉ねぎ 人参 いりこ	かぼちゃ じゃがいも ブロッコリー 昆布
12	火	午後お粥	具うどん	しらすと大根のくたくた煮 かぼちゃのお汁	うどん麺 人参 玉ねぎ 昆布 鰹節	しらす 大根 かぼちゃ 玉ねぎ いりこ
13	水	お粥	野菜の丼ぶり さつまいものお汁	キャベツのくたくた煮 かぼちゃのお汁	玉ねぎ 豆腐 人参 さつまいも いりこ	キャベツ かぼちゃ 玉ねぎ 昆布 鰹節
14	木	お粥	ブロッコリーのやわ煮 玉ねぎのお汁	青のりポテト 人参のお汁	ブロッコリー 玉ねぎ 昆布 鰹節	じゃがいも 青のり 人参 昆布
15	金	お粥	白身魚のとろみ煮 人参のお汁	大根の煮物 野菜のお汁	白身魚 人参 昆布 鰹節	大根 人参 じゃがいも 昆布
16	土	お粥	人参のやわ煮 さつま芋のお汁	麩のふわふわ丼 玉ねぎのお汁	人参 さつま芋 玉ねぎ	麩 たまねぎ 玉ねぎ 人参 昆布
19	火	お粥	豆腐のふわふわ煮 人参のお汁	かぼちゃのやわ煮 しらすのすまし汁	豆腐 玉ねぎ 人参 昆布	かぼちゃ しらす 玉ねぎ 昆布 鰹節
20	水	午前お粥	玉ねぎのやわ煮 大根のお汁	具うどん	人参 たまねぎ 大根 昆布	うどんめん 人参 玉ねぎ 白菜 昆布 鰹節
21	木	お粥	かぼちゃのやわ煮 人参のお汁	白身魚のにゅう麺	かぼちゃ 玉ねぎ 人参 昆布	白身魚 そうめん 人参 玉ねぎ 白菜 昆布 鰹節
22	金	お粥	しらす丼ぶり 玉ねぎのお汁	じゃが芋のやわ煮 白菜のお汁	しらす 人参 玉ねぎ 昆布 鰹節	じゃが芋 白菜 玉ねぎ 人参 昆布 鰹節
25	月	お粥	大根の香り煮 麩のお汁	豆腐のやわ煮 じゃがいものお汁	大根 青のり 麩 人参 昆布 鰹節	豆腐 人参 じゃがいも 昆布
26	火	お粥	南瓜のやわ煮 ミルクスープ	キャベツのやわ煮 しらすのお汁	南瓜 たまねぎ 人参 粉ミルク	キャベツ しらす 麩 人参 昆布 鰹節
27	水	お粥	豆腐のふわふわ煮 玉ねぎのお汁	じゃがいもの香り煮 人参のお汁	豆腐 玉ねぎ 玉ねぎ 人参 いりこ	じゃがいも 青のり 人参 昆布
28	木	午後お粥	具うどん	麩のふわふわ煮 白菜のお汁	玉ねぎ 人参 うどん麺 大根 昆布	麩 玉ねぎ 白菜 いりこ
29	金	お粥	肉豆腐風やわ煮 さつま芋のお汁	キャベツのくたくた煮 人参のお汁	豆腐 キャベツ いりこ さつま芋	キャベツ 人参 昆布
30	土	午前お粥	白菜のしらす煮 じゃがいものお汁	具うどん	しらす 白菜 じゃがいも いりこ	うどん麺 人参 玉ねぎ 昆布

・食材の入荷の都合により、献立の一部が変更になる場合がございます。ご了承ください。
・昆布、かつお節、いりこはだし用で使用しています。