

9月 離乳食献立 ~中期~

赤保発第 85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 豆腐の味噌汁	大根のやわらか煮 人参とツナのスープ	しらす キャベツ 豆腐 昆布 鰹節 味噌	大根 人参 ツナ コンソメ
2	土	午前お粥	大根のそぼろ煮 しめじの味噌汁	具うどん	大根 玉ねぎ 鶏ミンチ 人参 しめじ 昆布 味噌	うどんめん 白菜 大根 人参 豆腐 昆布 鰹節 醤油
4	月	お粥	カレー風煮	ブロッコリーのおかか煮 豆腐のすまし汁	じゃが芋 人参 片栗粉 たまねぎ ささみ ケチャップ コンソメ	ブロッコリー 豆腐 人参 かつお節 醤油
5	火	お粥	さつまいものやわ煮 かき玉汁	白身魚のやわ煮 えのきの味噌汁	さつまいも 卵黄 麩 人参 かつお節 醤油	白身魚 醤油 えのき 人参 昆布 味噌
6	水	午前お粥	野菜のミルク煮 豆腐のすまし汁	味噌煮込みうどん フルーツヨーグルト	人参 玉ねぎ ささみ 粉ミルク 豆腐 玉ねぎ 人参 昆布 醤油	うどん麺 玉ねぎ 人参 昆布 味噌 鶏ミンチ ヨーグルト りんご
7	木	午前パン 午後お粥	じゃが芋のケチャップ煮 野菜のスープ	豆腐のふわふわ煮 えのきの味噌汁	じゃが芋 人参 鶏ミンチ ケチャップ ほうれん草 玉ねぎ コンソメ	豆腐 玉ねぎ えのき 人参 しいりこ 味噌
8	金	お粥	キャベツの味噌煮 かき玉汁	麩とミンチのとろとろ煮 さつま芋の味噌汁	キャベツ 鶏ミンチ 味噌 卵黄 麩 人参 かつお節 醤油	麩 人参 鶏ミンチ 醤油 さつま芋 昆布 味噌
9	土	お粥	さつまいものやわ煮 ツナのスープ	豆腐あんかけ 麩の味噌汁	さつまいも ツナ 玉ねぎ 人参 コンソメ	玉ねぎ 豆腐 醤油 麩 人参 味噌 しいりこ
11	月	お粥	ブロッコリーの煮物 さつま芋の味噌汁	かぼちゃの煮物 ミルクスープ	ブロッコリー 鶏ミンチ 玉ねぎ 醤油 さつま芋 玉ねぎ 味噌 しいりこ	ささみ かぼちゃ ブロッコリー 玉ねぎ 粉ミルク コンソメ
12	火	午後お粥	具うどん フルーツヨーグルト	白身魚と大根のくたくた煮 かぼちゃの味噌汁	鶏ミンチ うどん麺 人参 玉ねぎ 椎茸 醤油 昆布 鰹節 ヨーグルト 果物	白身魚 大根 醤油 かぼちゃ 玉ねぎ 味噌 しいりこ
13	水	お粥	高野豆腐の煮物 さつまいもの味噌汁	キャベツの味噌煮 きのこのすまし汁	高野豆腐 玉ねぎ 醤油 さつまいも しめじ 味噌 しいりこ	ささみ キャベツ 味噌 まいたけ 玉ねぎ 醤油 昆布 鰹節
14	木	お粥	ブロッコリーの煮物 わかめのすまし汁	青のりポテト キャロットスープ	ブロッコリー 鶏ミンチ 醤油 わかめ 玉ねぎ 醤油 昆布 鰹節	じゃがいも 青のり ささみ 人参 玉ねぎ コンソメ
15	金	お粥	カレー風煮	きなこマカロニ コンソメスープ	鶏ミンチ 玉ねぎ ケチャップ コンソメ 人参	きなこ マカロニ ささみ 南瓜 コンソメ
16	土	お粥	さつま芋とりんごの甘煮 玉ねぎの味噌汁	麩のふわふわ丼 まいたけのスープ	さつまいも 人参 りんご ツナ 玉ねぎ 味噌	ささみ 麩 たまねぎ 醤油 まいたけ 人参 ケチャップ コンソメ
19	火	お粥	豆腐のふわふわ煮 卵スープ	じゃが芋のそぼろ煮 しらすのすまし汁	豆腐 人参 玉ねぎ 醤油 卵黄 椎茸 コンソメ	鶏ミンチ じゃがいも 人参 醤油 しらす 玉ねぎ 醤油 昆布 鰹節
20	水	午前お粥	ささみのチーズ煮 白菜のスープ	具うどん	ささみ 人参 たまねぎ 粉チーズ 大根 ピーマン コンソメ	ささみ うどんめん 人参 玉ねぎ 白菜 えのき 醤油 昆布 鰹節
21	木	お粥	かぼちゃのミルク煮 コンソメスープ	白身魚のにゅう麺	鶏ミンチ かぼちゃ 粉ミルク 玉ねぎ 人参 しめじ コンソメ	白身魚 そうめん 人参 玉ねぎ 白菜 醤油 昆布 鰹節
22	金	午前パン 午後お粥	しめじの卵とじ 人参スープ	かぼちゃの煮物 玉ねぎのすまし汁	卵黄 しめじ キャベツ 醤油 人参 玉ねぎ コンソメ	かぼちゃ 醤油 ささみ 玉ねぎ 人参 醤油 昆布 鰹節
25	月	お粥	ほうれん草のそぼろ煮 麩の味噌汁	さつま芋のオレンジ煮 きのこスープ	鶏ミンチ ほうれん草 醤油 麩 人参 味噌 しいりこ	さつま芋 オレンジ しめじ 鶏ミンチ 人参 コンソメ
26	火	お粥	かぼちゃの煮物 玉ねぎスープ	キャベツの味噌煮 しらすのすまし汁	かぼちゃ 醤油 鶏ミンチ 玉ねぎ 人参 コンソメ	キャベツ 味噌 しらす 麩 人参 醤油 昆布 鰹節
27	水	お粥	レバーの煮物 高野豆腐の味噌汁	じゃが芋のチーズ煮 キャロットスープ	レバー 人参 醤油 高野豆腐 玉ねぎ 味噌 しいりこ	ささみ じゃがいも 粉チーズ 玉ねぎ 人参 コンソメ
28	木	午後お粥	具うどん	麩とささみの煮物 さつま芋の味噌汁	鶏ミンチ 玉ねぎ 人参 うどんめん 醤油 わかめ 大根	ささみ 麩 玉ねぎ さつま芋 人参 味噌 しいりこ
29	金	お粥	肉豆腐 納豆汁	キャベツの味噌煮 きのこのすまし汁	鶏ミンチ 豆腐 キャベツ 醤油 納豆 玉ねぎ しいりこ 味噌	キャベツ 玉ねぎ ささみ えのき しめじ 昆布 醤油
30	土	午前お粥	白菜の卵黄煮 じゃがいもの味噌汁	具うどん	卵黄 白菜 醤油 じゃがいも 人参 味噌 しいりこ	うどん麺 ケチャップ 鶏ミンチ 玉ねぎ 人参 コンソメ

- ・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。
- ・その他に果物が付きます。
- ・昆布、かつお節、しいりこはだし用で使用しています。