

令和6年度9月離乳食献立予定表

あゆみ保育園

給食 丹生 佳奈

残暑も厳しく、まだまだ暑い日が続いています。夏バテの影響が出て体調をくずしやすい時期でもあるので、睡眠などの体調管理がとても大切です。

今月も給食室では、栄養バランスや食中毒に気をつけながら、お子様の個々の発達や体調に合わせて離乳食の段階を進めていきたいと思ひます。



日	曜日	初期 (1回食となります)	中期 (午後食はありません)		後期			
		メニューと食材	メニュー	食材	昼食	午後食	食材	
2	月	引き渡し訓練						
		ミルク	さつま芋と南瓜のお粥 白身魚と野菜の洋風煮込み バナナ	精白米 人参 南瓜 鱈 豆乳 さつま芋 りんご 玉 ねぎ じゃが芋 バナナ	鶏と野菜のリゾット 鮭のホワイトシチュー バナナ	野菜粥	精白米 鶏肉 鮭 玉ねぎ 人参 若布 南瓜 ブロッコリー じゃがいも バナナ	
3	火	10倍粥ペースト ブロッコリーペースト	うどん粥 豆腐の納豆煮 ブロッコリーの柔らか煮 だし汁 バナナ	うどん 豆腐 納豆 人参 玉ねぎ ブロッコリー ほうれん草 じゃが芋 バナナ	野菜うどん 豆腐の納豆煮 ブロッコリーと柔らか煮 バナナ	野菜粥	うどん 豆腐 納豆 人参 玉ねぎ ブロッコリー 精白米 ほうれん草 もやし ピーマン じゃが芋 バナナ	
4	水	10倍粥ペースト 大根ペースト	パン粥 鶏肉のトロみ煮 人参のだし煮 だし汁 バナナ	食パン 鶏肉 人参 玉ねぎ 豆腐 大根 ほうれん草 バナナ	トースト 鶏肉の甘辛煮 人参のだし煮 もやしと小松菜のスープ バナナ	豆腐粥	食パン 鶏肉 人参 玉ねぎ もやし 小松菜 豆腐 精白米 トマト えのき 椎茸 大根 ほうれん草 バナナ	
5	木	10倍粥ペースト さつま芋ペースト	7倍粥 カレーのトロみ煮 人参のだし煮 だし汁 バナナ	精白米 カレイ 人参 玉ねぎ さつま芋 大根 バナナ	5倍粥 カレーの甘辛煮 ひじきのさっと煮 さつま芋と大根のみそ汁 バナナ	人参粥	精白米 カレイ 人参 玉ねぎ ひじき さつま芋 大根 干し椎茸 もやし ピーマン バナナ	
6	金	10倍粥ペースト 人参ペースト	7倍粥 鶏肉のトロみ煮 ほうれん草のくったり煮 だし汁 バナナ	精白米 鶏肉 ほうれん草 人参 玉ねぎ キャベツ じゃが芋 バナナ	5倍粥 鶏肉の洋風煮 ほうれん草のくったり煮 野菜スープ バナナ	うどん粥	精白米 鶏肉 ほうれん草 うどん 人参 玉ねぎ しめじ えのき キャベツ ピーマン じゃが芋 バナナ	
7	土	10倍粥ペースト 人参ペースト	さつま芋と南瓜のお粥 白身魚と野菜の 洋風煮込み だし汁 バナナ	精白米 人参 南瓜 鱈 豆乳 さつま芋 りんご 玉ねぎ じゃが芋 バナナ	鶏と野菜のリゾット 鮭のホワイトシチュー じゃが芋と若布の味噌汁 バナナ	ツナときのこの リゾット	精白米 鶏肉 鮭 玉ねぎ 人参 若布 南瓜 ブロッコリー じゃが芋 舞茸 ツナ バナナ 大根 ピーマン カリフラワー 牛蒡 キャベツ	
9	月	10倍粥ペースト ほうれん草ペースト	7倍粥 カレーのトロみ煮 じゃが芋のだし煮 だし汁 バナナ	精白米 カレイ じゃが芋 人参 玉ねぎ ほうれん草 バナナ	5倍粥 カレーのみそ煮 じゃが芋のだし煮 若布のすまし汁 バナナ	野菜粥	精白米 カレイ じゃが芋 人参 玉ねぎ 若布 いんげん 長ねぎ ほうれん草 バナナ	
10	火	10倍粥ペースト 人参ペースト	7倍粥 鶏肉のトロみ煮 野菜煮 だし汁 バナナ	精白米 鶏肉 人参 玉ねぎ バナナ	5倍粥 鶏肉の甘辛煮 野菜煮 野菜スープ バナナ	人参粥	精白米 鶏肉 人参 玉ねぎ 小松菜 椎茸 長ねぎ もやし バナナ	
11	水	10倍粥ペースト ブロッコリーペースト	パン粥 鶏肉のトロみ煮 野菜煮 だし汁 バナナ	食パン 鶏肉 人参 玉ねぎ ほうれん草 胡瓜 ブロッコリー バナナ	トースト 鶏肉の洋風煮 野菜煮 青梗菜と椎茸のスープ バナナ	肉みそ粥	食パン 鶏肉 人参 玉ねぎ 青梗菜 椎茸 精白米 ほうれん草 トマト 胡瓜 ブロッコリー 長ねぎ バナナ	

12	木	10倍粥ペースト 人参ペースト	7倍粥 鶏肉のトロみ煮 野菜煮 だし汁 バナナ	精白米 鶏肉 人参 玉ねぎ キャベツ バナナ	5倍粥 鶏肉の甘辛煮 野菜煮 もやしとキャベツのみそ汁 バナナ	野菜粥	精白米 鶏肉 人参 玉ねぎ もやし キャベツ 小松菜 バナナ
13	金	10倍粥ペースト じゃが芋ペースト	うどん粥 豆腐のトロみ煮 ブロッコリーの柔らか煮 だし汁 バナナ	うどん 人参 玉ねぎ 豆腐 ブロッコリー じゃが芋 キャベツ バナナ	きのこうどん 豆腐の甘辛煮 ブロッコリーと ツナの柔らか煮 バナナ	芋粥	うどん 人参 玉ねぎ 豆腐 ブロッコリー 精白米 じゃが芋 椎茸 しめじ えのき 長ねぎ キャベツ ツナ バナナ
14	土 28	10倍粥ペースト 人参ペースト	柔らか鶏のおかゆ 彩野菜の汁椀 だし汁 バナナ	精白米 玉ねぎ 鶏ほぐし身 人参 じゃが芋 さやいんげん バナナ	ツナと野菜の 炊き込みごはん 筑前煮 豆腐と若布の味噌汁 バナナ	鮭と根菜の 炊き込み ごはん	精白米 人参 ツナ缶 いんげん ごぼう 里芋 豆腐 若布 鮭 しいたけ バナナ キャベツ 大根 ピーマン ブロッコリー 鮭 ほうれん草
17							
18	水	10倍粥ペースト ほうれん草ペースト	パン粥 鶏肉のトロみ煮 野菜煮 だし汁 バナナ	食パン 鶏肉 人参 玉ねぎ ほうれん草 キャベツ 胡瓜 バナナ	トースト 鶏肉の洋風煮 野菜煮 キャベツのスープ バナナ	ほうれん草粥	食パン 鶏肉 人参 玉ねぎ ほうれん草 精白米 キャベツ 胡瓜 ピーマン 若布 舞茸 バナナ
19	木	10倍粥ペースト 南瓜ペースト	7倍粥 カレーのトロみ煮 南瓜のだし煮 だし汁 バナナ	精白米 鶏肉 人参 玉ねぎ 南瓜 バナナ	5倍粥 カレーの甘辛煮 南瓜のだし煮 きのこのみそ汁 バナナ	野菜粥	精白米 鶏肉 人参 玉ねぎ 南瓜 椎茸 えのき 舞茸 小松菜 バナナ
20	金	10倍粥ペースト ほうれん草ペースト	うどん粥 鶏肉のトロみ煮 ほうれん草のだし煮 だし汁 バナナ	うどん 鶏肉 ほうれん草 人参 玉ねぎ バナナ	野菜うどん 鶏肉の甘辛煮 しめじとほうれん草のだし煮 バナナ	人参粥	うどん 鶏肉 しめじ ほうれん草 人参 玉ねぎ 精白米 バナナ
24	火	10倍粥ペースト ブロッコリーペースト	7倍粥 鶏肉のトロみ煮 キャベツの柔らか煮 だし汁 バナナ	精白米 鶏肉 人参 キャベツ 玉ねぎ 胡瓜 バナナ	5倍粥 鶏肉の甘辛煮 キャベツの柔らか煮 牛蒡と青菜のみそ汁 バナナ	うどん粥	精白米 鶏肉 人参 キャベツ 玉ねぎ 牛蒡 小松菜 うどん 胡瓜 バナナ
25	水	10倍粥ペースト 人参ペースト	7倍粥 カレーのトロみ煮 ほうれん草の納豆煮 だし汁 バナナ	精白米 カレイ ほうれん草 納豆 人参 玉ねぎ 大根 バナナ	5倍粥 カレーの甘辛煮 ほうれん草の納豆煮 青梗菜のみそ汁 バナナ	野菜粥	精白米 カレイ ほうれん草 納豆 青梗菜 人参 玉ねぎ 大根 バナナ
26	木	10倍粥ペースト ほうれん草ペースト	うどん粥 カレーのトロみ煮 人参のだし煮 だし汁 バナナ	うどん カレイ 人参 玉ねぎ バナナ	みそうどん カレーのだし煮 小松菜と人参のくったり煮 バナナ	人参粥	うどん カレイ 小松菜 人参 玉ねぎ 精白米 バナナ
27	金	10倍粥ペースト 人参ペースト	パン粥 鶏肉のトロみ煮 野菜煮 だし汁 バナナ	食パン 鶏肉 人参 玉ねぎ バナナ	トースト 鶏肉とピーマンのツナ煮 野菜煮 野菜スープ バナナ	野菜粥	食パン 鶏肉 ピーマン 人参 玉ねぎ 精白米 バナナ ツナ

※じゃが芋、ほうれん草、南瓜、ブロッコリーは常備菜として冷凍保管している為、
献立に記載されていない場合でも使用することがありますのでご了承ください。