

# 9月離乳食予定献立表

令和3年

みやび認定こども園

作成者: 上原典恵

日	曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月	中期(もぐもぐ期)7~8カ月	後期(かみかみ期)9~11カ月	おやつ
調理形態		ヨーグルト状・ペースト	豆腐の固さ・マッシュ	バナナの固さ・柔らかく刻み	
1	水	つぶし粥 人参ペースト ほうれん草のペースト すまし汁 果汁	全粥 つぶしササミと野菜煮 果物 刻み人参煮 ほうれん草のすまし汁	軟飯 ササミと野菜煮 人参きんぴら煮 ほうれん草のすまし汁	ココアパンケーキ
2	木	つぶし粥 大根とキュウりのあわせペースト 冬瓜ペースト すまし汁 果汁	全粥 つぶしササミと野菜煮込 果物 大根とキュウりのやわらか煮 冬瓜のすまし汁	軟飯 ササミと野菜煮込 大根とキュウリ煮 冬瓜のすまし汁 果物	ココロおにぎり
3	金	つぶし粥 南瓜ペースト 果汁 トマトと小松菜ペースト すまし汁	全粥 ササミと野菜煮 南瓜煮 果物 トマトと小松菜煮浸し 大根のすまし汁	麦軟飯 ササミと野菜煮 南瓜煮 果物 トマトと小松菜煮浸し 大根のすまし汁	オートミール粥
4	土	つぶし粥 野菜の合わせペースト 果汁 冬瓜のペースト すまし汁	全粥 刻み野菜あんかけ 果物 人参とチンゲン菜煮 冬瓜のすまし汁	軟飯 野菜あんかけ 果物 人参とチンゲン菜煮 冬瓜のすまし汁	コンフ레이크粥
6	月	つぶし粥 白身魚すり流し 果汁 豆サラダペースト すまし汁	全粥 つぶし鮭の旨煮 果物 豆サラダ煮 豆腐のすまし汁	軟飯 つぶし鮭の旨煮 果物 豆サラダ煮 豆腐のすまし汁	ゴマパンケーキ
7	火	つぶし粥 ブロッコリーペースト 果汁 人参とコーンのペースト すまし汁	全粥 つぶしササミ煮 果物 刻みヤングコーンと野菜煮 人参すまし汁	軟飯 ササミ煮 果物 ヤングコーンと野菜煮 人参すまし汁	バナナとオートミールの ミルク煮
8	水	 <b>お 弁 当 会</b> 			トーストパン
9	木	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 人参と大根とインゲンのペースト ゆし豆腐	全粥 つぶし魚煮 果物 つぶし野菜の筑前煮 ゆし豆腐	軟飯 魚煮付 果物 やわらか野菜の筑前煮 ゆし豆腐	パンケーキ
10	金	つぶし粥 大豆と合わせ野菜ペースト パプリカペースト すまし汁 果汁	全粥 つぶし大豆と野菜のミルク煮 ツナサラダ煮 白菜のすまし汁 果物	軟飯 大豆と野菜のミルク煮 ツナサラダ煮 白菜のすまし汁 果物	バナナヨーグルト
11	土	つぶし粥 すまし汁 野菜の合わせペースト 果汁	全粥 刻みササミとパプリカの炒め煮 キャベツのすまし汁 果物	軟飯 ササミとパプリカの炒め煮 キャベツのすまし汁 果物	ハイハイ
13	月	つぶし粥 野菜のあわせペースト キャベツとキュウリペースト すまし汁 果汁	きざみ野菜沖繩そば キュウリの煮浸し 玉ねぎすまし汁 果物	野菜沖繩そば キュウリの煮浸し 玉ねぎすまし汁 果物	ココロおにぎり
14	火	つぶし粥 豆腐のすり流し キュウリペースト すまし汁 果汁	全粥 刻みマーボー豆腐煮 キュウリの煮浸し 白菜のスープ 果物	軟飯 マーボー豆腐煮 キュウリの煮浸し 白菜のスープ 果物	スイートパンプキン
15	水	つぶし粥 白身魚すり流し 果汁 人参ペースト すまし汁	全粥 つぶし白身魚のミルク煮 果物 人参きんぴらやわらか煮 根菜のすまし汁	軟飯 白身魚のミルク煮 果物 人参きんぴら煮 根菜のすまし汁	マッシュポテト
16	木	つぶし粥 玉ねぎと人参ペースト 小松菜ペースト すまし汁 果汁	全粥 鶏そぼろ煮 キュウリのサラダ煮 小松菜のすまし汁 果物	軟飯 鶏そぼろ煮 キュウリのサラダ煮 小松菜のすまし汁 果物	トースト胚芽パン
17	金	つぶし粥 野菜合わせペースト じゃが芋ペースト すまし汁 果汁	全粥 つぶし鶏肉と人参煮 マッシュじゃが芋とインゲン煮 玉ねぎすまし汁	全粥 鶏肉と野菜煮 じゃが芋とインゲン煮 玉ねぎすまし汁	コーンフ레이크粥
18	土	つぶし粥 野菜の合わせペースト すまし汁 果汁	全粥 つぶしササミの野菜煮 玉ねぎすまし汁 果物	軟飯 ササミの野菜煮 玉ねぎすまし汁 果物	ハイハイ
21	火	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 人参と小松菜ペースト すまし汁	あわ全粥 つぶし魚の旨煮 果物 刻みチンゲン菜の炒め煮 小松菜のすまし汁	あわ軟飯 魚の旨煮 果物 チンゲン菜の炒め煮 小松菜のすまし汁	蒸しパン
22	水	つぶし粥 野菜のあわせペースト 大根ペースト すまし汁 果汁	全粥 つぶしササミと野菜の旨煮 人参とキュウリ煮 大根のすまし汁 果物	軟飯 つぶしササミと野菜の旨煮 人参とキュウリ煮 大根のすまし汁 果物	パン粥
24	金	つぶし粥 野菜のあわせペースト ブロッコリーのペースト すまし汁 果汁	全粥 つぶしササミのトマト煮 果物 ブロッコリーサラダ煮 野菜スープ	刻みトマトスパゲティ 果物 ブロッコリーサラダ パパイヤスープ	バナナ入り オートミール粥
25	土	つぶし粥 野菜のあわせペースト すまし汁 果汁	全粥 野菜のそぼろ煮 小松菜スープ 果物	軟飯 野菜のそぼろ煮 小松菜スープ 果物	ハイハイ
27	月	つぶし粥 玉ねぎとパプリカペースト ブロッコリーペースト すまし汁 果汁	全粥 ササミの野菜煮 ブロッコリー煮浸し ほうれん草のすまし汁 果物	軟飯 ササミの野菜煮 ブロッコリー煮浸し ほうれん草のすまし汁 果物	小倉パンケーキ
28	火	つぶし粥 白身魚すり流し 果汁 枝豆と野菜のペースト すまし汁 果汁	全粥 つぶし白身魚の旨煮 果物 刻み切干大根イチ煮 小松菜のすまし汁	軟飯 白身魚の旨煮 果物 切干大根イチ煮 小松菜のすまし汁	野菜せんべい
29	水	つぶし粥 野菜のあわせペースト 果汁 じゃが芋ペースト すまし汁	全粥 つぶしササミと玉ねぎ煮 果物 野菜サラダ煮 野菜のミルクスープ	軟飯 ササミと玉ねぎ煮 果物 野菜サラダ煮 野菜のミルクスープ	トースト胚芽パン
30	木	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 キャベツのペースト すまし汁	全粥 つぶし魚の旨煮 果物 刻みタマネーチャンプルー煮 小松菜すまし汁	軟飯 魚の旨煮 果物 タマネーチャンプルー煮 小松菜すまし汁	ユーヌク

\*9月20日は敬老の日でお休みです。

\*9月23日は秋分の日でお休みです。

※食材の都合により献立を変更する事があります。

