

離乳食献立 令和5年度 9月

日付	献立名	材料 (1回食)	献立名	材料 (2回食)
1 (金)	白がゆ すまし汁	米 えのきたけ, あさつき, キャベツ, きゅうり, だし, しょうゆ	白がゆ じゃが玉の 肉炒め煮	米 豚肉, じゃが芋, 玉ねぎ, 人参, ピーマン, だし, しょうゆ
4 (金)	白がゆ 野菜スープ	米 もやし, ホールコーン缶, パセリ, キャベツ, きゅうり, 野菜スープ	ツナがゆ ケチャップ煮	米, ツナ 合いびきミンチ, 玉ねぎ, 人参, ピーマン, ケチャップ
5 (火)	白がゆ そうめん汁	米 乾めん, かいわれ, えのきたけ, 丸ふ, だし, しょうゆ	白がゆ 白身魚の くたくた煮	米 白身魚, キャベツ, 人参, きゅうり, しいたけ, だし, しょうゆ
6 (水)	白がゆ 味噌汁	米 豆腐, 玉ねぎ, えのきたけ, きゅうり, だし, 味噌	白がゆ 白身魚の クリーム煮	米 白身魚, しいたけ, キャベツ, 人参, ホワイトソース
7 (木)	白がゆ けんちん汁	米 豆腐, 玉ねぎ, しいたけ, あさつき, だし, しょうゆ	白がゆ かわりきんぴら	米 豚肉, じゃが芋, ピーマン, 人参, だし, しょうゆ
8 (金)	白がゆ 味噌汁	米 えのきたけ, わかめ, ねぎ, じゃがいも, 玉ねぎ, だし, 味噌	白がゆ 鶏肉の煮物	米 鶏肉, 切干大根, 人参, 油揚げ, グリンピース, だし, しょうゆ
11 (月)	白がゆ 春雨スープ	米 春雨, もやし, レタス, 玉ねぎ, ホワイトソース	人参がゆ かぼちゃの 含め煮	米, 人参 かぼちゃ, じゃが芋, 豚ミンチ, ピーマン, だし, しょうゆ
12 (火)	白がゆ 味噌汁	米 豆腐, 玉ねぎ, えのきたけ, かいわれ, だし, 味噌	わかめがゆ 生揚げの五目煮	米, わかめ 生揚げ, 豚肉, 人参, しいたけ, グリンピース, だし, しょうゆ
13 (水)	白がゆ もやしスープ	米 もやし, チンゲンサイ, しめじ, ホールコーン缶, コンソメ	白がゆ そばろ煮	米 合いびきミンチ, 豆腐, 玉ねぎ, 人参, だし, しょうゆ
14 (木)	白がゆ すまし汁	米 豆腐, 人参, えのきたけ, 丸ふ, だし, しょうゆ	白がゆ 白身魚の和風煮	米 白身魚, 切干大根, きゅうり, じゃが芋, だし, しょうゆ
15 (金)	白がゆ 野菜スープ	米 キャベツ, きゅうり, もやし, しめじ, 野菜スープ	ピースがゆ コーンクリーム煮	米, グリンピース 鶏肉, じゃが芋, 玉ねぎ, 人参, コーンクリーム
19 (火)	白がゆ 味噌汁	米 豆腐, 油揚げ, あさつき, もやし, チンゲンサイ, だし, 味噌	白がゆ 鶏の五目煮	米 鶏肉, しいたけ, しめじ, えのきたけ, 人参, だし, しょうゆ
20 (水)	白がゆ オニオンスープ	米 玉ねぎ, ホールコーン缶, パセリ, しめじ, コンソメ	白がゆ 白身魚の やわらか煮	米 白身魚, キャベツ, しいたけ, 人参, きゅうり, だし, しょうゆ
21 (木)	白がゆ 味噌汁	米 もやし, えのきたけ, 丸ふ, キャベツ, きゅうり, だし, 味噌	白がゆ 豆腐の和風あえ	米 豆腐, 鶏ミンチ, 玉ねぎ, 人参, しいたけ, グリンピース, だし, しょうゆ
22 (金)	白がゆ 五目汁	米 生揚げ, 玉ねぎ, 花切干, かいわれ, えのきたけ, だし, しょうゆ	白がゆ 炒り鶏	米 鶏肉, じゃが芋, 人参, しいたけ, グリンピース, だし, しょうゆ
25 (月)	白がゆ すまし汁	米 人参, かいわれ, 丸ふ, 大根, きゅうり, だし, しょうゆ	白がゆ 豚肉の味噌煮	米 豚肉, 玉ねぎ, チンゲンサイ, ピーマン, しめじ, だし, 味噌
26 (火)	白がゆ 味噌汁	米 生揚げ, もやし, わかめ, きゅうり, キャベツ, だし, 味噌	人参がゆ 五目煮	米, 人参 鶏肉, あさつき, 人参, しいたけ, 切干大根, ひじき, だし, しょうゆ
27 (水)	白がゆ 味噌汁	米 豆腐, 大根, しめじ, 油揚げ, だし, 味噌	白がゆ じゃが玉の 和風煮	米 豚肉, じゃが芋, 玉ねぎ, 人参, ピーマン, だし, しょうゆ
28 (木)	白がゆ レタススープ	米 レタス, もやし, わかめ, ホールコーン缶, きゅうり, コーンクリーム	白がゆ ケチャップ煮	米 鶏肉, 人参, 玉ねぎ, キャベツ, じゃが芋, ケチャップ
29 (金)	白がゆ すまし汁	米 豆腐, えのきたけ, かいわれ, 玉ねぎ, だし, しょうゆ	ツナがゆ 味噌おでん	米, ツナ 鶏肉, 人参, 大根, じゃが芋, しいたけ, だし, 味噌

【注】 アレルギーの初発事故を防ぐため、献立に使用されている食品の中で「食べたことがない食材」がある場合は、必ず、事前に家庭で2回以上食べて、何ら症状が誘発されないことを確認してください。  
 保育園では、安全を最優先にいたしますので、家庭で試すことができなかつた場合はご連絡ください。