

# 離乳食献立 9月

	献立名	材料 (1回食)	献立名	材料 (2回食)
2 (月)	白がゆ 野菜スープ	米 もやし、コーン缶、パセリ、キャベツ コンソメ	ツナがゆ そばろのトマト煮	米、ツナ 合いびきミンチ、玉ねぎ、人参、ピーマン トマト缶、ケチャップ
3 (火)	白がゆ レタススープ	米 レタス、もやし、わかめ、きゅうり ホワイトソース	白がゆ 鶏肉の ケチャップ煮	米 鶏肉、人参、玉ねぎ、グリーンピース、コーン缶 ケチャップ
4 (水)	白がゆ みそ汁	米 豆腐、かいわれ、油揚げ、オクラ だし、みそ	白がゆ 生揚げの五目煮	米 生揚げ、豚肉、人参、グリーンピース、玉ねぎ だし、しょうゆ
5 (木)	白がゆ みそ汁	米 わかめ、じゃが芋、きゅうり、玉ねぎ だし、みそ	ピースがゆ 鶏肉と切干大根の 煮物	米、グリーンピース 鶏肉、切干大根、人参、油揚げ だし、しょうゆ
6 (金)	白がゆ けんちん汁	米 豆腐、オクラ、あさつき だし、しょうゆ	白がゆ 豚肉と野菜の 炒め煮	米 豚肉、ピーマン、人参、玉ねぎ だし、しょうゆ
9 (月)	白がゆ 春雨スープ	米 春雨、もやし、レタス、きゅうり 野菜スープ	白がゆ 含め煮	米 かぼちゃ、じゃが芋、人参、玉ねぎ だし、しょうゆ
10 (火)	白がゆ チンゲンサイスープ	米 チンゲンサイ、キャベツ、きゅうり、コーン缶 コーンクリーム	白がゆ 和風そばろ煮	米 合いびきミンチ、豆腐、玉ねぎ、人参 だし、しょうゆ
11 (水)	白がゆ みそ汁	米 じゃが芋、もやし、かいわれ、きゅうり だし、みそ	人参がゆ 和風マーボー豆腐	米、人参 鶏ミンチ、玉ねぎ、グリーンピース、豆腐 だし、しょうゆ
12 (木)	白がゆ すまし汁	米 人参、丸ふ、切干大根 だし、しょうゆ	白がゆ 白身魚とひじきの 煮物	米 白身魚、ひじき、コーン缶、きゅうり だし、しょうゆ
13 (金)	白がゆ すまし汁	米 生揚げ、玉ねぎ、かいわれ だし、しょうゆ	白がゆ 鶏肉と花切干の 煮物	米 鶏肉、花切干、人参、グリーンピース だし、しょうゆ
17 (火)	白がゆ みそ汁	米 豆腐、油揚げ、あさつき、きゅうり だし、みそ	白がゆ クリームスープパスタ	米 スパゲティ、鶏肉、キャベツ、コーン缶 コーンクリーム
18 (水)	白がゆ オニオンスープ	米 玉ねぎ、かぼちゃ、コーン缶、パセリ 野菜スープ	白がゆ 白身魚のやわらか煮	米 白身魚、キャベツ、きゅうり、人参 だし、しょうゆ
19 (木)	白がゆ みそ汁	米 生揚げ、なす、わかめ、切干大根 だし、みそ	しらすがゆ ひじきの煮物	米、しらす 鶏肉、ひじき、人参、コーン缶 だし、しょうゆ
20 (金)	白がゆ キャベツスープ	米 キャベツ、きゅうり、もやし、ツナ コンソメ	白がゆ 肉じゃが	米 豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、グリーンピース だし、しょうゆ
24 (火)	白がゆ すまし汁	米 人参、かいわれ、丸ふ、大根 だし、しょうゆ	白がゆ 味噌煮	米 豚肉、玉ねぎ、チンゲンサイ、ピーマン だし、みそ
25 (水)	白がゆ みそ汁	米 生揚げ、玉ねぎ、きゅうり だし、みそ	白がゆ 白身魚のクリーム煮	米 白身魚、キャベツ、人参 ホワイトソース
26 (木)	白がゆ そうめん汁	米 乾めん、あさつき、きゅうり だし、しょうゆ	白がゆ 白身魚の磯風煮	米 白身魚、あさつき、わかめ だし、しょうゆ
27 (金)	白がゆ みそ汁	米 豆腐、大根、油揚げ、人参 だし、みそ	白がゆ じゃが玉の炒め煮	米 豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、ピーマン だし、しょうゆ
30 (月)	白がゆ 豚汁	米 豚肉、豆腐、ねぎ、大根 だし、みそ	白がゆ さつまいものごま風煮	米 さつまいも、キャベツ、白菜、人参、すりごま だし、しょうゆ

【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。