

# 9月離乳食献立表

あおぞら陽明保育園

日付	後期食 (9~11か月ごろ)		完了期 (12か月ごろ~)	
	午前	午後	午前	午後
1(金)	うどんナポリタン コーンのスープ かぼちゃとブロッコリー	コーンごはん	うどんナポリタン 卵とコーンのスープ(クリーム) かぼちゃとブロッコリー	麦茶 ベビーチーズ みたらしごはんもち
4(月)			軟飯 ほうれん草とえのきのみそ汁 さんまの塩こうじ焼き ポテトサラダ	コーンフレーク
5(火)	3倍がゆ 里芋のみそ汁 豚肉ともやしの煮物	食パン 枝豆スープ	三色丼 里芋とねぎのみそ汁 もやしとちくわのサラダ	手作りバナナ食パン 枝豆スープ
6(水)	3倍がゆ キャベツのスープ 豚肉と野菜のとりみ煮	ホットケーキ かぼちゃスープ	軟飯 ウインナーとキャベツのスープ ミートボール ナムル風サラダ(小松菜)	ココアケーキ
7(木)	3倍がゆ 小松菜のすまし汁 鮭とキャベツの和風煮	うどん	軟飯 はんぺんと小松菜のすまし汁 鮭のホイル焼き キャベツとツナの煮びたし	やきそば
8(金)	そうめん にんじんサラダ コーンのスープ	枝豆ごはん	そうめんチャンプル(昼) にんじんしりしり ハムとコーンのスープ(パセリ) ミルクプリン	麦茶 鮭とごまのおにぎり(チーズ)
11(月)			ロールパン やさいのミルクスープ てりやきハンバーグ 甘酢トマトきゅうり	麦茶 昆布とチーズのおにぎり
12(火)	3倍がゆ 大根とコーンのスープ 鶏と豆の煮物	食パン コーンスープ	軟飯 大根とコーンのスープ 酢鶏 お豆のサラダ	手作りヨーグルト食パン コーンスープ
13(水)	豚肉あんかけうどん ブロッコリー りんごジュレ	しらすごはん	カレーうどん がね ブロッコリー オレンジ	麦茶 ベビーチーズ しらすわかめおにぎり
14(木)	3倍がゆ わかめのみそ汁 カレイの煮つけ(かぼちゃ)	かぼちゃごはん	軟飯 厚揚げとわかめのみそ汁 カレイの煮つけ かぼちゃとクリームチーズのサラダ (マヨ)	餃子ピザ
15(金)	3倍がゆ チキンと野菜の洋風煮 バナナ	ビスケット せんべい	軟飯 タンドリーチキン マカロニサラダ バナナ	ビスケット 小魚
19(火)	3倍がゆ 豆腐のすまし汁 鮭と野菜の煮物	食パン コーンスープ	軟飯 オクラと玉子豆腐のすまし汁 鮭のコーンフレーク焼き きゅうりのおかかマヨ和え	フレンチトースト
20(水)	けんちんうどん 鶏のつくね煮 きゅうりの和え物	かぼちゃごはん	けんちんうどん 鶏のつくね焼 きゅうりの和え物	麦茶 鮭わかめおにぎり ベビーチーズ
21(木)	豚肉とにんじんのとりみ煮 わかめのスープ キャベツサラダ	食パン 枝豆スープ	ピビンバ わかめとごまのスープ チョレギサラダ	手作りデニッシュパン 枝豆スープ
22(金)	3倍がゆ チキンのトマト煮 豆腐とたまねぎのみそ汁	さつま芋甘煮	軟飯 チキン南蛮 豆腐とたまねぎのみそ汁 トマトときゅうりのピクルス風	さつま芋のレモン煮
25(月)			軟飯 ほうれん草とえのきのみそ汁 たらのカレーマヨ焼き かぼちゃのそぼろあんかけ	豆腐のホットケーキ かぼちゃスープ
26(火)	きのこの炊き込みがゆ こまつなとおふのみそ汁 鶏肉とキャベツのてり煮	食パン コーンスープ	きのこの炊き込み軟飯 こまつなとおふのみそ汁 鶏肉のてりやき わかめとキャベツのナムル	手作りミルク食パン コーンスープ
27(水)	和風うどん ツナサラダ りんごジュース	チャーハン(おやつ)	豆乳坦々麺 ツナサラダ みかんヨーグルト	麦茶 チャーハン(おやつ) 小魚
28(木)	3倍がゆ 豚汁 たらのと野菜の味噌煮	ふかし芋	軟飯 豚汁 たらの西京焼き きゃべつのおかかマヨ和え	スイートポテト
29(金)	3倍がゆ お麩とほうれん草のみそ汁 豚肉とブロッコリー洋風煮	コーンごはん	かつ丼 お麩とほうれん草のみそ汁 ブロッコンプ	バニラクッキー

\* 献立は材料の都合により変更することがあります。  
 \* 調理形態は月齢や体調、個人に合わせて変更することがあります。  
 \* 午前のおやつには赤ちゃんせんべいやクッキーなどを食べています。(後期・完了)