

2016年(平成28年度)

9月離乳食献立



14日 お弁当の日★
16日 お誕生日会★

くぜにし保育園(922-0007)

主 食	10倍		7倍		5倍		軟飯		ごはん		おやつ				
	60g		70g		80g		90g		60g						
1	木	白身魚とじゃが芋の煮物 キャベツと人参の煮物 すまし汁				白身魚のあんかけ キャベツと人参の煮物 すまし汁				ごはん 白身魚のあんかけ コールスローサラダ じゃが芋と玉ねぎのみそ汁		★手作りおやつ★ フルーツヨーグルト			
2	金	ハヤシライス風 すまし汁 ほうれん草ときゅうりの煮物								カレーライス 果物 卵スープ しめじのごま和え		ビスケット ラムネ 牛乳			
3	土	かぼちゃの煮物 すまし汁 ブロッコリーと人参の煮物								ツナの炊き込みご飯 かぼちゃの煮物 野菜のみそ汁		おせんべい ラムネ 牛乳			
5	月	キャベツの煮物 すまし汁 じゃが芋の煮物	キャベツとチーズの煮物 すまし汁 じゃが芋の煮物	キャベツとチーズの煮物 すまし汁 じゃが芋のそぼろ煮								チキンライス ポテトサラダ ミートボール えのきのみそ汁		★手作りおやつ★ フレンチトースト 牛乳	
6	火	トマトと玉ねぎの煮物 すまし汁 りんごときなこの煮物								木の葉丼 マカロニカレー炒め 野菜のみそ汁		★手作りおやつ★ ビーフン お茶			
7	水	すうどん かぼちゃの煮物 人参のすりおろし	すうどん かぼちゃの煮物 人参と高野豆腐の煮物	肉うどん かぼちゃのそぼろ煮 人参と高野豆腐の煮物								ごはん 肉うどん ひじきの五目煮 油揚げの酢の物		ビスケット ラムネ 牛乳	
8	木	豆腐の煮物 すまし汁 ほうれん草とキャベツの煮物				豆腐のそぼろあん すまし汁 ほうれん草とキャベツの煮物				ごはん 麻婆豆腐 コーンスープ ほうれん草のベーコン炒め		★手作りおやつ★ アメリカンドッグ リンゴジュース			
9	金	ハヤシライス風 にんじんスープ さつまいもの煮物								カレーライス ツナサラダ 果物 にんじんスープ		おせんべい ラムネ 牛乳			
10	土	玉ねぎとしらすの煮物 高野豆腐の煮物 すまし汁								じゃこピラフ スクランブルエッグ 野菜のみそ汁		ビスケット ラムネ 牛乳			
12	月	キャベツと人参の煮物 すまし汁 かぼちゃときなこの煮物		キャベツと人参の煮物 すまし汁 かぼちゃのそぼろ煮								肉どんぶり えのきのごま和え 野菜のみそ汁		★手作りおやつ★ 水ようかん・牛乳	
13	火	きゅうりとトマトの煮物 すまし汁 冬瓜の煮物	マカロニとトマトの煮物 すまし汁 冬瓜の煮物								ごはん からあげ ハムサラダ 冬瓜のスープ		★手作りおやつ★ お好み焼き お茶		
14	水	★お弁当の日★										おせんべい ラムネ 牛乳			
15	木	白身魚とじゃが芋の煮物 キャベツと人参の煮物 すまし汁				白身魚のあんかけ キャベツと人参の煮物 すまし汁				ごはん 白身魚のあんかけ コールスローサラダ じゃが芋と玉ねぎのみそ汁		★手作りおやつ★ フルーツヨーグルト			
16	金	豆腐と人参の煮物 すまし汁 ほうれん草の煮物	豆腐と人参の煮物 すまし汁 ほうれん草とチーズの煮物								ちらし寿司 ごま和え 豆腐のみそ汁		ビスケット ラムネ 牛乳		
17	土	さつまいもの煮物 すまし汁 ブロッコリーと人参の煮物								ツナの炊き込みご飯 かぼちゃの煮物 野菜のみそ汁		おせんべい ラムネ 牛乳			
19	月	★敬老の日★													
20	火	トマトと玉ねぎの煮物 すまし汁 りんごときなこの煮物								木の葉丼 マカロニカレー炒め 野菜のみそ汁		★手作りおやつ★ ビーフン お茶			
21	水	すうどん かぼちゃの煮物 人参のすりおろし	すうどん かぼちゃの煮物 人参と高野豆腐の煮物	肉うどん かぼちゃのそぼろ煮 人参と高野豆腐の煮物								ごはん 肉うどん ひじきの五目煮 油揚げの酢の物		ビスケット ラムネ 牛乳	
22	木	★秋分の日★													
23	金	ハヤシライス風 にんじんスープ ほうれん草の煮物								カレーライス ツナサラダ 果物 にんじんスープ		おせんべい ラムネ 牛乳			
24	土	玉ねぎとしらすの煮物 さつまいもの煮物 すまし汁								じゃこピラフ スクランブルエッグ 野菜のみそ汁		ビスケット ラムネ 牛乳			
26	月	キャベツの煮物 すまし汁 かぼちゃの煮物	キャベツとチーズの煮物 すまし汁 かぼちゃの煮物								肉どんぶり えのきのごま和え 野菜のみそ汁		★手作りおやつ★ 水ようかん・牛乳		
27	火	きゅうりとトマトの煮物 すまし汁 冬瓜の煮物	マカロニとトマトの煮物 すまし汁 冬瓜の煮物	マカロニとトマトの煮物 すまし汁 冬瓜のそぼろ煮								ごはん からあげ ハムサラダ 冬瓜のスープ		★手作りおやつ★ お好み焼き お茶	
28	水	きゅうりとしらすの煮物 りんごときなこの煮物 すまし汁								ごはん きつねうどん チーズ 小羊の煮物 じゃこの酢の物		おせんべい ラムネ 牛乳			
29	木	白身魚とじゃが芋の煮物 キャベツと人参の煮物 すまし汁				白身魚のあんかけ キャベツと人参の煮物 すまし汁				ごはん 白身魚のあんかけ コールスローサラダ じゃが芋と玉ねぎのみそ汁		★手作りおやつ★ フルーツヨーグルト			
30	金	ハヤシライス風 すまし汁 ほうれん草ときゅうりの煮物								カレーライス 果物 卵スープ しめじのごま和え		ビスケット ラムネ 牛乳			

月齢はあくまでも目安で、調理形態・分量・献立内容は、一人一人の発達に応じて出しています。

アレルギーのある子には、代替食・除去食をだしています。

昆布だしを使って味付けしています。