令和8年度

9月離乳食献立

★16日お弁当の日★

くぜにしこども園【922-0007】

		お昼の献立	材料・調味料	おやつ	材料・調味料
		軟飯・90g			
1	火	軟飯 白身魚の煮付 ひじきの五目煮 豚汁	米 白身魚 ひじき 油揚げ 五目豆 人参 豆腐 豚肉 大根 さつまいも 白菜 砂糖 醤油 みりん みそ	★手作りおやつ★ シュガートースト	食パン バター 砂糖
2	水	軟飯 肉うどん 野菜の和え物	米 うどん 牛肉 キャベツ 人参 きゅうり ほうれん草 砂糖 醤油 塩 みりん	赤ちゃんお菓子	
3	木	軟飯 牛肉と野菜の甘辛煮 野菜とえのきの和え物 野菜のみそ汁	米 牛肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 えのき キャベツ ほうれん草 きゅうり 大根 砂糖 醤油 みりん みそ 塩	★手作りおやつ★ 牛乳寒天	牛乳 寒天
4	金	軟飯 ポークビーンス きゅうりとほうれん草の和え物 人参スープ	米 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 水煮大豆 きゅうり ほうれん草 砂糖 醤油 塩 ケチャップ	赤ちゃんお菓子	
5	土	軟飯 じゃがいものおやき 野菜の和え物 豆腐と玉ねぎのスープ	米 じゃがいも 玉ねぎ キャベツ ほうれん草 きゅうり 人参 豆腐 砂糖 醤油 みりん 塩	赤ちゃんお菓子	
7	月	軟飯 かぼちゃの煮物 シーチキンと野菜の和え物 豆腐とわかめのみそ汁	米 かぼちゃ キャベツ ほうれん草 きゅうり シーチキン 豆腐 わかめ 人参 砂糖 醤油 みそ 塩	赤ちゃんお菓子	
8	火	軟飯 かぼちゃのそぼろ煮 野菜の和え物 野菜たっぷりみそ汁	米 たまご 鶏ひき肉 人参 かぼちゃ じゃがいも きゅうり 玉ねぎ もやし ほうれん草 砂糖 醤油 塩 みりん	★手作りおやつ★ プレーンケーキ	ホットケーキミックス （卵ぬき）牛乳
9	水	軟飯 野菜うどん じゃこの和え物	米 うどん じゃこ キャベツ 人参 ほうれん草 きゅうり 砂糖 醤油 みりん 塩	★手作りおやつ★ 牛乳寒天	牛乳 寒天
10	木	軟飯 豆腐ハンバーグ 野菜の和え物 人参スープ	米 合いびき肉 豆腐 玉ねぎ 人参 パン粉 たまご キャベツ ほうれん草 きゅうり 砂糖 醤油 みりん ケチャップ 塩	赤ちゃんお菓子	
11	金	軟飯 ポークビーンズ きゅうりとほうれん草の和え物 わかめとコーンのスープ	米 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも 大豆水煮 キャベツ きゅうり ほうれん草 わかめ コーン 醤油 みりん 砂糖 塩 ケチャップ	赤ちゃんお菓子	
12	土	軟飯 ツナと玉ねぎのトロトロ煮 野菜の和え物 じゃがいものスープ	米 シーチキン 玉ねぎ 人参 きゅうり ほうれん草 じゃがいも キャベツ 砂糖 醤油 みりん 塩 油	★手作りおやつ★ ちんすこう 牛乳	ホットケーキミックス （卵ぬき）牛乳 油
14	月	軟飯 豚ひき肉のケチャップ煮 ほうれん草のきゅうり和え 豆腐とわかめのスープ	米 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 きゅうり ほうれん草 豆腐 わかめ 砂糖 醤油 ケチャップ 塩	赤ちゃんお菓子	
15	火	軟飯 太刀魚の塩焼き ひじきの五目煮 豚汁	米 太刀魚 ひじき 豆腐 人参 五目豆 豚肉 大根 さつまいも 白菜 砂糖 醤油 みりん みそ 塩	★手作りおやつ★ 牛乳 お麸ラスク	牛乳 麸 バター
16	水	★お弁当の日★ 野菜のみそ汁	何が入っているかな？楽しみだね♪ （大根 玉ねぎ 人参 みそ）	赤ちゃんお菓子	
17	木	軟飯 じゃがいものおやき 野菜の和え物 豆腐とわかめの味噌汁	米 キャベツ ほうれん草 きゅうり 人参 豆腐 わかめ コーン 砂糖 醤油 みりん みそ 塩	★手作りおやつ★ 牛乳 プレーンケーキ	ホットケーキミックス （卵ぬき）牛乳
18	金	軟飯 ポークビーンス キャベツときゅうりの和え物 人参スープ	米 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 水煮大豆 キャベツ きゅうり ほうれん草 ケチャップ 塩 砂糖 醤油 みりん コーン	赤ちゃんお菓子	
19	土	軟飯 野菜の和え物 豆腐のスープ シーチキン玉ねぎのトロトロ煮	米 シーチキン 玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり ほうれん草 豆腐 砂糖 塩 醤油 みりん	★手作りおやつ★ クッキー	牛乳 バター たまご ホットケーキミックス（卵ぬき）
21	月	祝日	敬老の日		
22	火	祝日	国民の休日		
23	水	祝日	秋分の日		
24	木	軟飯 鶏と野菜のケチャップ煮 シーチキンと野菜の和え物 わかめと麸のスープ	米 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 シーチキン ほうれん草 きゅうり キャベツ わかめ 麸 砂糖 みりん 醤油 ケチャップ 塩	赤ちゃんお菓子	
25	金	軟飯 キャベツと卵の炒り煮 きゅうりとほうれん草の和え物 豆腐と麸のスープ	米 たまご 人参 キャベツ きゅうり ほうれん草 豆腐 麸 砂糖 醤油 塩 みりん	★手作りおやつ★ プレーンケーキ	ホットケーキミックス （卵ぬき）牛乳
26	土	軟飯 玉ねぎと人参のケチャップ煮 野菜の和え物 豆腐と玉ねぎのスープ	米 玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり ほうれん草 豆腐 砂糖 塩 醤油 みりん ケチャップ	赤ちゃんお菓子	
28	月	軟飯 麻婆豆腐 野菜の納豆和え わかめとコーンのスープ	米 豆腐 玉ねぎ 人参 豚ひき肉 納豆 キャベツ ほうれん草 きゅうり わかめ コーン 砂糖 醤油 みりん みそ 塩	赤ちゃんお菓子	
29	火	軟飯 豚肉のケチャップ炒め 野菜の納豆和え もやしと小松菜のスープ	米 豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ もやし ほうれん草 小松菜 きゅうり 納豆 ケチャップ 醤油 みりん 砂糖 片栗粉 塩	★手作りおやつ★ 青のりトースト	食パン 青のり
30	水	軟飯 肉うどん マセドアンサラダ	米 牛肉 うどん じゃがいも きゅうり 人参 ほうれん草 醤油 みりん 砂糖 塩	★手作りおやつ★ 牛乳寒天	牛乳 寒天

10時おやつ：ごはん食ヤクルト

※仕入れ等の都合により献立が多少異なる場合がございますが、ご了承ください。

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。

【食欲の秋】がやってきました。色々な食材に触れ、食べる楽しさを
たくさん経験しましょう。
スプーンを使いたがる時期です。手を添えて、上手に口へ運ぶサポートを
していきましょう。