

令和2年

9月

若狭浦保育所 予定献立表

	月	火	水	木	金	土
朝おやつ		1 バナナ	2 ビスコ	3 せんべい	4 マリービスケット	5 ビスコ
献立		ごはん タンドリーチキン 小松菜のごま和え コンソメスープ 黄桃缶	ごはん 豚のしょうが炒め 和風サラダ アーサ入りゆし豆腐汁 ネーブル	タコライス コーンスープ 洋なし缶	麦ごはん 魚の天ぷら 大根の千切り炒め かぼちゃのみそ汁 りんご	チキンてり焼き丼 みそ汁 みかん缶
おやつ		チーズおからスコーン, 牛乳	お好み焼き, 牛乳	手作りメロンパン, 牛乳	おにぎり (菜めし)	黒糖ラスク, 牛乳
朝おやつ	7 せんべい	8 ネーブル	9 ポーロ	10 バナナ	11 ビスコ	12 せんべい
献立	ごはん 豚肉のピカタ ブロッコリーのおかか和え 豆腐とえのきのスープ 白桃缶	五目ラーメン 小松菜ナムル 巨峰ゼリー	もちきびご飯 豚肉と野菜の甘辛炒め ちくわのゆかりマヨ焼き すまし汁 バナナ	【お弁当会】 	麦ごはん さば塩焼き ちくわと野菜和え みそ汁 パイ缶	豚たま丼 大根のみそ汁 バナナ
おやつ	ロシアンクッキー, 牛乳	チーズおかかおにぎり	チンピン, 牛乳	【お誕生会】, ケーキ, 牛乳	揚げパン, 牛乳	ツナサンド, 牛乳
朝おやつ	14 プチクッキー	15 ウエハース	16 ネーブル	17 チーズ	18 マリービスケット	19 せんべい
献立	ミートソーススパゲティ ブロッコリーソテー キャベツの豆乳スープ みかん缶	もちきびご飯 白身魚の西京焼き ごまじゅこ和え 根菜汁 りんご	ごはん チーズハンバーグ アスパラガスソテー ミネストローネスープ りんごゼリー	もちきびご飯 チキン照り焼き ひじきのツナ和え 冬瓜のみそ汁 黄桃缶	ごはん ホイコーロー しゅうまい 春雨のスープ フルーツカクテル	肉うどん ゴボウサラダ 白桃缶
おやつ	おにぎり (ゆかり)	サターアングギー, 牛乳	おさつごま焼き, 牛乳	プチクッキー, りんご, 牛乳	ホットケーキ, 牛乳	ツイギー, 牛乳
朝おやつ	21 【敬老の日 (休園)】	22 【秋分の日 (休園)】	23 せんべい	24 ウエハース	25 バナナ	26 プチクッキー
献立			ポークカレーライス 小松菜とコーンの和え物 わかめスープ ヨーグルト	ごはん 赤魚照り焼き おくらの和え物 けんちん汁 みかん缶	ごはん チキンのマーマレード焼き キャベツのソテー ABCスープ ネーブル	マーボーなす丼 大根とえのきの中華スープ パイ缶
おやつ			きんとんパイ, 牛乳	ミニたいやき, 牛乳	しらすおにぎり	ジャムサンド, 牛乳
朝おやつ	28 マリービスケット	29 せんべい	30 ネーブル	<p>“共食”の良い点を考えよう! (共食: 複数の人が一緒に食事を取ること。)</p> <p>コミュニケーションの促進</p> <p>楽しい</p> <p>栄養バランスが良い</p> <p>食事マナー</p> <p>協調性・社会性</p> <p>食文化の継承</p> 		
献立	ひき肉チャーハン 春雨サラダ 中華スープ 黄桃缶	もちきびご飯 鮭のムニエル 彩りサラダ 野菜スープ 杏仁フルーツ	麦ごはん 豚肉のガチャップ炒め ポテトサラダ 卵スープ りんご			
おやつ	レモンマフィン, 牛乳	アイス風デザート, 皇たべよ (せんべい)	ごまごまクッキー, 牛乳			

※ 食材、行事、その他都合で 献立を変更することがあります。



日	曜日	血や肉、骨をつくる (あか)		力や熱となる (きいろ)		体の調子をととのえる (みどり)	
		昼	おやつ	昼	おやつ	昼	おやつ
1	火	糸けすり、鶏もも、無塩せきベーコン、ヨーグルト	おから、牛乳、サラダチーズ	三温糖、白ごま いらい、精白米	三温糖、ホットケーキミックス、マーガリン	キャベツ、こまつな、しめじ、たまねぎ、人参、黄桃缶、もやし	
2	水	あおさ、素干し、白みそ、ゆし豆腐、豚かたロース、カットわかめ	あおのり、卵	油、三温糖、白ごま いらい、精白米	油、薄力粉	青ピーマン、ネーブル、キャベツ、きゅうり、たまねぎ、人参	キャベツ、人参
3	木	合挽肉、サラダチーズ、豚レバー	牛乳、スキムミルク	押麦、精白米	食パン、ホットケーキミックス、グラニュー糖、マーガリン	カットトマト水煮缶、キャベツ、クリームコーン缶、コーン缶、西洋なし 缶詰、たまねぎ、人参	レモン 果汁
4	金	刻み昆布、キング、卵、白みそ、ぶたかたロース		押麦、油、薄力粉、精白米、こんにゃく しらたき	精白米	切干しだいこん 乾、たまねぎ、かぼちゃ、りんご	
5	土	刻みのり、卵、白みそ、とりもも、カットわかめ	牛乳	油、三温糖、精白米	黒砂糖、食パン、マーガリン	こまつな、たまねぎ、なめこ 水煮缶詰、人参、みかん缶	
7	月	絹ごし豆腐、糸けすり、卵、ちくわ、ぶたBロース	牛乳、鶏卵黄	薄力粉、精白米、マーガリン	いちごジャム、三温糖、ホットケーキミックス、マーガリン、ブルーベリー ジャム	えのきたけ、人参、白桃缶、葉ねぎ、プロッコリー	
8	火	かつお節、なると、ぶたかたロース、カットわかめ	糸けすり、サラダチーズ	白ごま いらい、ごま油、ゆでラーメン	精白米	きくらげ 乾、キャベツ、コーン缶、こまつな、しめじ、人参、白ねぎ、もやし	
9	水	ちくわ、ぶたかたロース、カットわかめ	牛乳	きび 精白粒、油、三温糖、ごま油、精白米	油	青ピーマン、キャベツ、しめじ、たまねぎ、人参、白ねぎ、バナナ	
10	木	【お弁当会】	牛乳、卵、ホイップクリーム 乳脂肪	【お弁当会】	三温糖、ホットケーキミックス、マーガリン	【お弁当会】	
11	金	白みそ、ちくわ、まさば	きな粉、牛乳、スキムミルク	押麦、三温糖、白ごま いらい、精白米	油、三温糖、黒砂糖、ロールパン	えのきたけ、きゅうり、こまつな、だいこん、たまねぎ、人参、パイン缶	
12	土	卵、白みそ、ぶたかたロース、カットわかめ	シーチキン、牛乳	三温糖、精白米	食パン	いんげん、しめじ、だいこん、たまねぎ、人参、バナナ、葉ねぎ	
14	月	豆乳 調製豆乳、ひきわり大豆、ぶたひき肉、豚レバー、無塩せきベーコン		オリーブ油、三温糖、スパゲッティ 乾、マーガリン	精白米	青ピーマン、赤ピーマン、キャベツ、コーン缶、たまねぎ、人参、にんにく、プロッコリー、みかん缶	
15	火	キング、しらす干し、白みそ	牛乳、卵	きび 精白粒、三温糖、白ごま いらい、精白米	油、三温糖、薄力粉、マーガリン	キャベツ、きゅうり、コーン缶、ごぼう、だいこん、たまねぎ、人参、葉ねぎ、もやし、りんご	
16	水	ピザ用チーズ、無添加ハム	牛乳	油、精白米、じゃがいも	三温糖、黒ゴマ いらい、薄力粉、さつまいも、マーガリン	アスパラガス、カットトマト水煮缶、たまねぎ、人参、はくさい	
17	木	シーチキン、白みそ、鶏もも、ほしひじき乾、ぶたかたロース、カットわかめ	牛乳	きび 精白粒、三温糖、精白米		キャベツ、コーン缶、しょうが、とうがん、人参、黄桃缶、レモン 果汁	りんご
18	金	無添加国産ポークしゅうまい、ぶたかたロース、赤みそ	牛乳、卵	油、三温糖、ごま油、精白米、片栗粉、はるさめ 乾	三温糖、ホットケーキミックス、マーガリン	青ピーマン、赤ピーマン、キャベツ、こまつな、干し椎茸、たまねぎ、人参、フルーツカクテル	
19	土	ぶたかたロース、無添加ハム	牛乳	三温糖、白ごま いらい、冷凍うどん		きゅうり、ごぼ、こまつな、たまねぎ、人参、白桃缶	
23	水	シーチキン、牛乳、スキムミルク、ヨーグルト、カットわかめ	牛乳	三温糖、白ごま いらい、精白米、じゃがいも	油、きんとんパイ	グリーンピース、コーン缶、こまつな、たまねぎ、人参、白ねぎ	
24	木	赤魚、沖縄豆腐、糸けすり、とりもも、カットわかめ	牛乳	精白米		オクラ、コーン缶、ごぼう、干し椎茸、だいこん、人参、みかん缶	
25	金	鶏もも、無塩せき ベーコン	あおのり、しらす干し	ABCマカロニ、マーマレード、油、精白米、じゃがいも	白ごま いらい、精白米	ネーブル、キャベツ、しめじ、人参、はくさい、マッシュルーム	
26	土	ぶたひき肉、豚レバー、赤みそ、カットわかめ	牛乳	油、三温糖、ごま油、精白米、めし、片栗粉	いちごジャム、食パン	えのきたけ、だいこん、たまねぎ、なす、にら、人参、白ねぎ、パイン缶	
28	月	絹ごし豆腐、合挽肉、卵、無添加ハム	牛乳、卵	三温糖、白ごま いらい、ごま油、精白米、マーガリン、はるさめ 乾	三温糖、マーガリン、ホットケーキミックス	青ピーマン、キャベツ、きゅうり、たかな たかな漬、たまねぎ、チンゲンサイ、人参、黄桃缶	レモン 果汁 生
29	火	鮭レッド、無添加ハム	とけないアイス 風デザート	きび 精白粒、薄力粉、精白米、じゃがいも、マーガリン		赤ピーマン、杏仁フルーツ、カリフラワー、コーン缶、たまねぎ、人参、プロッコリー、レモン	
30	水	卵、ぶたかたロース	牛乳、鶏卵黄	片栗粉、押麦、精白米、じゃがいも	三温糖、黒ゴマ、白ごま いらい、ホットケーキミックス、マーガリン	アスパラガス、きゅうり、しめじ、たまねぎ、人参、パイン缶、りんご	

9月



離乳食献立表



	初期		中期		後期	
	献立	主な食材	献立	主な食材	献立	主な食材
1日 (火) 午前	10倍かゆ 白身魚煮付け(ペースト) キャベツ(ペースト) たまねぎ(ペースト)	10倍かゆ キング,かつおだし キャベツ,かつおだし たまねぎ,かつおだし	全がゆ とりささみの煮込み だし汁	全がゆ ささ身ミンチ,キャベツ,たまねぎ,かつおだし かつおだし	軟飯 とりささみの煮込み だし汁	軟飯 ささ身ミンチ,キャベツ,たまねぎ,かつおだし たまねぎ,かつおだし
午後	保育用ミルク	保育ミルク	野菜おじや(にんじん・こまつな) 保育用ミルク	全がゆ,人参,こまつな 生,かつおだし 保育ミルク	野菜おじや(にんじん・こまつな) 保育用ミルク	全がゆ,人参,こまつな 生,かつおだし 保育ミルク
2日 (水) 午前	10倍かゆ 豆腐(ペースト) 人参(ペースト) たまねぎ(ペースト)	10倍かゆ 絹ごし豆腐,かつおだし 人参,かつおだし たまねぎ,かつおだし	全がゆ 豆腐と野菜の煮込み だし汁	全がゆ 絹ごし豆腐,人参,たまねぎ,かつおだし かつおだし	軟飯 豆腐と野菜の煮込み だし汁	軟飯 絹ごし豆腐,人参,たまねぎ,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク	保育ミルク	野菜おじや(人参・キャベツ) 保育用ミルク	全がゆ,人参,キャベツ,かつおだし 保育ミルク	野菜おじや(人参・キャベツ) 保育用ミルク	全がゆ,人参,キャベツ,かつおだし 保育ミルク
3日 (木) 午前	10倍かゆ 白身魚煮付け(ペースト) トマト(ペースト) キャベツ(ペースト)	10倍かゆ キング,かつおだし トマト キャベツ,かつおだし	全がゆ とりささみの煮込み だし汁	全がゆ ささ身ミンチ,キャベツ,トマト,かつおだし たまねぎ,かつおだし	軟飯 とりささみの煮込み だし汁	軟飯 ささ身ミンチ,キャベツ,トマト,かつおだし たまねぎ,かつおだし
午後	保育用ミルク	保育ミルク	トマトがゆ(トマト・人参) 保育用ミルク	全がゆ,トマト,人参,かつおだし 保育ミルク	トマトがゆ(トマト・人参) 保育用ミルク	全がゆ,トマト,人参,かつおだし 保育ミルク
4日 (金) 午前	10倍かゆ 豆腐(ペースト) たまねぎ(ペースト) かぼちゃ(ペースト)	10倍かゆ 絹ごし豆腐,かつおだし たまねぎ,かつおだし かぼちゃ	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁 おろしりんご	全がゆ キング,たまねぎ,かぼちゃ,かつおだし かつおだし りんご	軟飯 白身魚のほぐし煮 だし汁 おろしりんご	軟飯 キング,たまねぎ,かぼちゃ,かつおだし かつおだし りんご
午後	保育用ミルク	保育ミルク	南瓜おじや(かぼちゃ) 保育用ミルク	全がゆ,かぼちゃ 冷凍 保育ミルク	南瓜おじや(かぼちゃ) 保育用ミルク	全がゆ,かぼちゃ 冷凍 保育ミルク
5日 (土) 午前	10倍かゆ 白身魚煮付け(ペースト) 人参(ペースト) たまねぎ(ペースト)	10倍かゆ キング,かつおだし 人参,かつおだし たまねぎ,かつおだし	全がゆ 豆腐と野菜の煮込み だし汁	全がゆ 絹ごし豆腐,たまねぎ,人参,かつおだし かつおだし	軟飯 豆腐と野菜の煮込み だし汁	軟飯 絹ごし豆腐,たまねぎ,人参,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク	保育ミルク	芋がゆ(さつまいも) 保育用ミルク	全がゆ,さつまいも 保育ミルク	芋がゆ(さつまいも) 保育用ミルク	全がゆ,さつまいも 保育ミルク
7日 (月) 午前	10倍かゆ 白身魚煮付け(ペースト) 人参(ペースト) じゃがいも(ペースト)	10倍かゆ キング,かつおだし 人参,かつおだし じゃがいも,かつおだし	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁	全がゆ キング,人参,じゃがいも,かつおだし かつおだし	軟飯 白身魚のほぐし煮 だし汁 おろしりんご	軟飯 キング,人参,じゃがいも,かつおだし かつおだし りんご
午後	保育用ミルク	保育ミルク	ブロッコリーがゆ(ブロッコリー・人参) 保育用ミルク	全がゆ,ブロッコリー 冷凍,人参,かつおだし 保育ミルク	ブロッコリーがゆ(ブロッコリー・人参) 保育用ミルク	全がゆ,ブロッコリー 冷凍,人参,かつおだし 保育ミルク
8日 (火) 午前	10倍かゆ 豆腐(ペースト) こまつな(ペースト) 人参(ペースト)	10倍かゆ 絹ごし豆腐,かつおだし こまつな,かつおだし 人参,かつおだし	全がゆ とりささみの煮込み だし汁	全がゆ ささ身ミンチ,人参,こまつな 生,かつおだし かつおだし	軟飯 とりささみの煮込み だし汁	軟飯 ささ身ミンチ,人参,こまつな 生,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク	保育ミルク	野菜おじや(人参・キャベツ) 保育用ミルク	全がゆ,人参,キャベツ,かつおだし 保育ミルク	野菜おじや(人参・キャベツ) 保育用ミルク	全がゆ,人参,キャベツ,かつおだし 保育ミルク
9日 (水) 午前	10倍かゆ 白身魚煮付け(ペースト) キャベツ(ペースト) たまねぎ(ペースト)	10倍かゆ キング,かつおだし キャベツ,かつおだし たまねぎ,かつおだし	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁 バナナ	全がゆ キング,キャベツ,たまねぎ,かつおだし かつおだし バナナ	軟飯 白身魚のほぐし煮 だし汁 バナナ	軟飯 キング,キャベツ,たまねぎ,かつおだし かつおだし バナナ
午後	保育用ミルク	保育ミルク	野菜おじや(人参・玉ねぎ) 保育用ミルク	全がゆ,人参,たまねぎ,かつおだし 保育ミルク	野菜おじや(人参・玉ねぎ) 保育用ミルク	全がゆ,人参,たまねぎ,かつおだし 保育ミルク
10日 (木) 午前	10倍かゆ 豆腐(ペースト) キャベツ(ペースト) 人参(ペースト)	10倍かゆ 絹ごし豆腐,かつおだし キャベツ,かつおだし 人参,かつおだし	全がゆ とりささみの煮込み だし汁	全がゆ ささ身ミンチ,じゃがいも,ブロッコリー 冷凍,かつおだし かつおだし	軟飯 とりささみの煮込み だし汁	軟飯 ささ身ミンチ,じゃがいも,ブロッコリー 冷凍,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク	保育ミルク	芋がゆ(さつまいも) 保育用ミルク	全がゆ,さつまいも 保育ミルク	芋がゆ(さつまいも) 保育用ミルク	全がゆ,さつまいも 保育ミルク
11日 (金) 午前	10倍かゆ 白身魚煮付け(ペースト) こまつな(ペースト) 大根(ペースト)	10倍かゆ キング,かつおだし こまつな,かつおだし だいこん,かつおだし	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁	全がゆ キング,こまつな 生,だいこん,かつおだし かつおだし	軟飯 白身魚のほぐし煮 だし汁	軟飯 キング,こまつな 生,だいこん,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク	保育ミルク	野菜おじや(にんじん・こまつな) 保育用ミルク	全がゆ,人参,こまつな 生,かつおだし 保育ミルク	野菜おじや(にんじん・こまつな) 保育用ミルク	全がゆ,人参,こまつな 生,かつおだし 保育ミルク
12日 (土) 午前	10倍かゆ 白身魚煮付け(ペースト) こまつな(ペースト) 人参(ペースト)	10倍かゆ キング,かつおだし こまつな,かつおだし 人参,かつおだし	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁 バナナ	全がゆ キング,人参,たまねぎ,かつおだし かつおだし バナナ	軟飯 白身魚のほぐし煮 だし汁 バナナ	軟飯 キング,人参,たまねぎ,かつおだし かつおだし バナナ
午後	保育用ミルク	保育ミルク	野菜おじや(大根・人参) 保育用ミルク	全がゆ,だいこん,人参,かつおだし 保育ミルク	野菜おじや(大根・人参) 保育用ミルク	全がゆ,だいこん,人参,かつおだし 保育ミルク
14日 (月) 午前	10倍かゆ 豆腐(ペースト) 人参(ペースト) たまねぎ(ペースト)	10倍かゆ 絹ごし豆腐,かつおだし 人参,かつおだし たまねぎ,かつおだし	全がゆ 豆腐と野菜の煮込み だし汁	全がゆ 絹ごし豆腐,たまねぎ,人参,かつおだし かつおだし	軟飯 豆腐と野菜の煮込み だし汁	軟飯 絹ごし豆腐,たまねぎ,人参,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク	保育ミルク	ブロッコリーがゆ(ブロッコリー・玉ねぎ) 保育用ミルク	全がゆ,ブロッコリー 冷凍,たまねぎ,かつおだし 保育ミルク	ブロッコリーがゆ(ブロッコリー・玉ねぎ) 保育用ミルク	全がゆ,ブロッコリー 冷凍,たまねぎ,かつおだし 保育ミルク

9月



離乳食献立表



	初期		中期		後期	
	献立	主な食材	献立	主な食材	献立	主な食材
15日 (火) 午前	10倍かゆ 白身魚煮付け(ペースト) キャベツ(ペースト) 大根(ペースト)	10倍かゆ キング,かつおだし キャベツ,かつおだし だいこん,かつおだし	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁 おろしりんご	全がゆ キング,キャベツ,だいこん,かつおだし かつおだし りんご	軟飯 白身魚のほぐし煮 だし汁 おろしりんご	軟飯 キング,キャベツ,だいこん,かつおだし かつおだし りんご
午後	保育用ミルク	保育ミルク	しらすがゆ(しらす・にんじん) 保育用ミルク	全がゆ,しらす干し,人参 保育ミルク	しらすがゆ(しらす・にんじん) 保育用ミルク	全がゆ,しらす干し,人参 保育ミルク
16日 (水) 午前	10倍かゆ 白身魚煮付け(ペースト) キャベツ(ペースト) 人参(ペースト)	10倍かゆ キング,かつおだし キャベツ,かつおだし 人参,かつおだし	全がゆ とりささみの煮込み だし汁	全がゆ ささ身ミンチ,はくさい,トマト,かつおだし たまねぎ,かつおだし	軟飯 とりささみの煮込み だし汁	軟飯 ささ身ミンチ,はくさい,トマト,かつおだし たまねぎ,かつおだし
午後	保育用ミルク	保育ミルク	トマトがゆ(トマト・人参) 保育用ミルク	全がゆ,トマト,人参,かつおだし 保育ミルク	トマトがゆ(トマト・人参) 保育用ミルク	全がゆ,トマト,人参,かつおだし 保育ミルク
17日 (木) 午前	10倍かゆ 豆腐(ペースト) 白菜(ペースト) トマト(ペースト)	10倍かゆ 絹ごし豆腐,かつおだし はくさい トマト	全がゆ 豆腐と野菜の煮込み だし汁 おろしりんご	全がゆ 絹ごし豆腐,人参,キャベツ,かつおだし かつおだし りんご	軟飯 豆腐と野菜の煮込み だし汁 おろしりんご	軟飯 絹ごし豆腐,人参,キャベツ,かつおだし かつおだし りんご
午後	保育用ミルク	保育ミルク	野菜おじや(人参・キャベツ) 保育用ミルク	全がゆ,人参,キャベツ,かつおだし 保育ミルク	野菜おじや(人参・キャベツ) 保育用ミルク	全がゆ,人参,キャベツ,かつおだし 保育ミルク
18日 (金) 午前	10倍かゆ 白身魚煮付け(ペースト) たまねぎ(ペースト) かぼちゃ(ペースト)	10倍かゆ キング,かつおだし たまねぎ,かつおだし かぼちゃ	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁	全がゆ キング,たまねぎ,かぼちゃ,かつおだし かつおだし	軟飯 白身魚のほぐし煮 だし汁	軟飯 キング,たまねぎ,かぼちゃ,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク	保育ミルク	南瓜おじや(かぼちゃ) 保育用ミルク	全がゆ,かぼちゃ 冷凍 保育ミルク	南瓜おじや(かぼちゃ) 保育用ミルク	全がゆ,かぼちゃ 冷凍 保育ミルク
19日 (土) 午前	10倍かゆ 豆腐(ペースト) 人参(ペースト) こまつな(ペースト)	10倍かゆ 絹ごし豆腐,かつおだし 人参,かつおだし こまつな,かつおだし	全がゆ とりささみの煮込み だし汁	全がゆ ささ身ミンチ,人参,こまつな 生,かつおだし かつおだし	軟飯 とりささみの煮込み だし汁	軟飯 ささ身ミンチ,人参,こまつな 生,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク	保育ミルク	野菜おじや(たまねぎ・こまつな) 保育用ミルク	全がゆ,たまねぎ,こまつな 生,かつおだし 保育ミルク	野菜おじや(たまねぎ・こまつな) 保育用ミルク	全がゆ,たまねぎ,こまつな 生,かつおだし 保育ミルク
23日 (水) 午前	10倍かゆ 白身魚煮付け(ペースト) 人参(ペースト) じゃがいも(ペースト)	10倍かゆ キング,かつおだし 人参,かつおだし じゃがいも,かつおだし	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁	全がゆ キング,人参,じゃがいも,かつおだし かつおだし	軟飯 白身魚のほぐし煮 だし汁	軟飯 キング,人参,じゃがいも,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク	保育ミルク	野菜おじや(たまねぎ・こまつな) 保育用ミルク	全がゆ,たまねぎ,こまつな 生,かつおだし 保育ミルク	野菜おじや(たまねぎ・こまつな) 保育用ミルク	全がゆ,たまねぎ,こまつな 生,かつおだし 保育ミルク
24日 (木) 午前	10倍かゆ 豆腐(ペースト) 大根(ペースト) 人参(ペースト)	10倍かゆ 絹ごし豆腐,かつおだし だいこん,かつおだし 人参,かつおだし	全がゆ とりささみの煮込み だし汁 おろしりんご	全がゆ ささ身ミンチ,人参,だいこん,かつおだし かつおだし りんご	軟飯 とりささみの煮込み だし汁 おろしりんご	軟飯 ささ身ミンチ,人参,だいこん,かつおだし かつおだし りんご
午後	保育用ミルク	保育ミルク	野菜おじや(大根・人参) 保育用ミルク	全がゆ,だいこん,人参,かつおだし 保育ミルク	野菜おじや(大根・人参) 保育用ミルク	全がゆ,だいこん,人参,かつおだし 保育ミルク
25日 (金) 午前	10倍かゆ 白身魚煮付け(ペースト) キャベツ(ペースト) じゃがいも(ペースト)	10倍かゆ キング,かつおだし キャベツ,かつおだし じゃがいも,かつおだし	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁	全がゆ キング,キャベツ,じゃがいも,かつおだし かつおだし	軟飯 白身魚のほぐし煮 だし汁	軟飯 キング,キャベツ,じゃがいも,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク	保育ミルク	ブロッコリーがゆ(ブロッコリー・にんじん) 保育用ミルク	全がゆ,ブロッコリー 冷凍,人参,かつおだし 保育ミルク	ブロッコリーがゆ(ブロッコリー・にんじん) 保育用ミルク	全がゆ,ブロッコリー 冷凍,人参,かつおだし 保育ミルク
26日 (土) 午前	10倍かゆ 白身魚煮付け(ペースト) 大根(ペースト) たまねぎ(ペースト)	10倍かゆ キング,かつおだし だいこん,かつおだし たまねぎ,かつおだし	全がゆ 豆腐と野菜の煮込み だし汁	全がゆ 絹ごし豆腐,たまねぎ,だいこん,かつおだし かつおだし	軟飯 豆腐と野菜の煮込み だし汁	軟飯 絹ごし豆腐,たまねぎ,だいこん,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク	保育ミルク	芋がゆ(さつまいも) 保育用ミルク	全がゆ,さつまいも 保育ミルク	芋がゆ(さつまいも) 保育用ミルク	全がゆ,さつまいも 保育ミルク
28日 (月) 午前	10倍かゆ 豆腐(ペースト) キャベツ(ペースト) 人参(ペースト)	10倍かゆ 絹ごし豆腐,かつおだし キャベツ,かつおだし 人参,かつおだし	全がゆ 豆腐と野菜の煮込み だし汁	全がゆ 絹ごし豆腐,人参,キャベツ,かつおだし かつおだし	軟飯 豆腐と野菜の煮込み だし汁	軟飯 絹ごし豆腐,人参,キャベツ,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク	保育ミルク	南瓜おじや(かぼちゃ) 保育用ミルク	全がゆ,かぼちゃ 冷凍 保育ミルク	南瓜おじや(かぼちゃ) 保育用ミルク	全がゆ,かぼちゃ 冷凍 保育ミルク
29日 (火) 午前	10倍かゆ 白身魚煮付け(ペースト) 人参(ペースト) たまねぎ(ペースト)	10倍かゆ キング,かつおだし 人参,かつおだし たまねぎ,かつおだし	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁	全がゆ キング,人参,たまねぎ,かつおだし かつおだし	軟飯 白身魚のほぐし煮 だし汁	軟飯 キング,人参,たまねぎ,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク	保育ミルク	ブロッコリーがゆ(ブロッコリー・玉ねぎ) 保育用ミルク	全がゆ,ブロッコリー 冷凍,たまねぎ,かつおだし 保育ミルク	ブロッコリーがゆ(ブロッコリー・玉ねぎ) 保育用ミルク	全がゆ,ブロッコリー 冷凍,たまねぎ,かつおだし 保育ミルク
30日 (水) 午前	10倍かゆ 豆腐(ペースト) 人参(ペースト) じゃがいも(ペースト)	10倍かゆ 絹ごし豆腐,かつおだし 人参,かつおだし じゃがいも,かつおだし	全がゆ とりささみの煮込み だし汁 おろしりんご	全がゆ ささ身ミンチ,人参,じゃがいも,かつおだし かつおだし りんご	軟飯 とりささみの煮込み だし汁 おろしりんご	軟飯 ささ身ミンチ,人参,じゃがいも,かつおだし かつおだし りんご
午後	保育用ミルク	保育ミルク	野菜おじや(人参・玉ねぎ) 保育用ミルク	全がゆ,人参,たまねぎ,かつおだし 保育ミルク	野菜おじや(人参・玉ねぎ) 保育用ミルク	全がゆ,人参,たまねぎ,かつおだし 保育ミルク

2020年 9月献立表(アレルギー)

日付	時間帯	卵アレルギー	卵・大豆・ピーナツアレルギー	小麦・卵・乳・牛肉
1(火)	昼食	ごはん タンドリーチキン 小松菜のごま和え コンソメスープ 黄桃缶	ごはん タンドリーチキン 小松菜のごま和え かつおだしスープ 黄桃缶	ごはん 照り焼きチキン 小松菜のごま和え かつおだしスープ 黄桃缶
	午後おやつ	チーズおからスコーン 牛乳	スイートポテト 牛乳	スイートポテト 豆乳
2(水)	昼食	ごはん 豚のしょうが炒め 和風サラダ アーサ入りゆし豆腐汁 ネーブル	ごはん 豚のしょうが炒め 和風サラダ(手作りドレッシング) アーサのすまし汁(豆腐抜き) ネーブル	ごはん 豚のしょうが炒め 和風サラダ アーサ入りゆし豆腐 ネーブル
	午後おやつ	卵抜きお好み焼き 牛乳	卵抜きお好み焼き(ソース抜き) 牛乳	ゼリー 豆乳
3(木)	昼食	タコライス コーンスープ 洋ナシ缶	アレルギー用タコライス コーンスープ 洋ナシ缶	アレルギー用タコライス(チーズ抜き) かつおだしスープ 洋ナシ缶
	午後おやつ	手作りメロンパン 牛乳	スイートポテト 牛乳	スイートポテト 豆乳
4(金)	昼食	麦ごはん 卵抜き魚の天ぷら 大根の千切り炒め かぼちゃのみそ汁 りんご	麦ごはん 卵抜き魚の天ぷら 大根の千切り炒め かぼちゃのすまし汁 りんご	軟飯(離乳食後期同様) 【1品持ち寄り】 大根の千切り炒め かぼちゃのみそ汁 りんご
	午後おやつ	おにぎり(菜めし)	おにぎり(ゆかり)	おにぎり(菜めし)
5(土)	昼食	チキンてり焼き丼 (卵抜き・コーン追加) みそ汁 みかん缶	チキンてり焼き丼 (卵抜き・コーン追加) すまし汁 みかん缶	チキンてり焼き丼 (卵抜き・コーン追加) みそ汁 みかん缶
	午後おやつ	黒糖ラスク 牛乳	フライドポテト 牛乳	フライドポテト 豆乳
7(月)	昼食	ごはん 豚のしょうが焼き ブロッコリーのおかか和え 豆腐とえのきのスープ 白桃缶	ごはん 豚のしょうが焼き ブロッコリーのおかか和え(ちくわ抜き、さきみ追加) えのきのすまし汁 白桃缶	ごはん 【1品持ち寄り】 ブロッコリーのおかか和え 豆腐とえのきのスープ 白桃缶
	午後おやつ	ライスクッキー 牛乳	ライスクッキー 牛乳	ライスクッキー 豆乳
8(火)	昼食	なると抜き五目ラーメン 小松菜のナムル 巨峰ゼリー	なると抜き五目ラーメン 小松菜のナムル 巨峰ゼリー	【お弁当対応】
	午後おやつ	チーズおからおにぎり 牛乳	チーズおからおにぎり 牛乳	
9(水)	昼食	もちきびご飯 豚肉と野菜の甘辛炒め 白身魚のゆかり風味焼き すまし汁 バナナ	もちきびご飯 野菜炒め 白身魚のゆかり風味焼き すまし汁 バナナ	もちきびご飯 野菜炒め 白身魚のゆかり風味焼き すまし汁 バナナ
	午後おやつ	ちんびん 牛乳	ちんびん 牛乳	ゼリー 豆乳

2020年 9月献立表(アレルギー)

日付	時間帯	卵アレルギー	卵・大豆・ピーナツアレルギー	小麦・卵・乳・牛肉
10(木)	昼食	【お弁当会】		
	午後おやつ	アレルギー用手作り蒸しパン 牛乳	アレルギー用手作り蒸しパン(ホイップ抜き) 牛乳	ゼリー 豆乳
11(金)	昼食	麦ごはん さばの塩焼き ちくわと野菜和え みそ汁 パン缶	麦ごはん さばの塩焼き ささみと野菜和え すまし汁 パン缶	軟飯(離乳食後期同様) さばの塩焼き ちくわと野菜和え みそ汁 パン缶
	午後おやつ	アレルギー用蒸しパン 牛乳	アレルギー用蒸しパン 牛乳	ゼリー 豆乳
12(土)	昼食	豚たま丼 (卵抜き・コーン追加) 大根のみそ汁 バナナ	豚たま丼 (卵抜き・コーン追加) 大根のすまし汁 バナナ	豚たま丼 (卵抜き・コーン追加) 大根のみそ汁 バナナ
	午後おやつ	スイートポテト 牛乳	スイートポテト 牛乳	スイートポテト 豆乳
14(月)	昼食	ミートソーススパゲティ ブロッコリーソテー キャベツの豆乳スープ みかん缶	ミートスパゲティ (大豆・マーガリン抜き) ブロッコリー炒め キャベツ入りスープ みかん缶	【お弁当対応】
	午後おやつ	おにぎり(ゆかり) 牛乳	おにぎり(ゆかり) 牛乳	
15(火)	昼食	もちきびご飯 白身魚の西京焼き ごまじゃこ和え 根菜汁 りんご	もちきびご飯 白身魚の塩焼き ごまじゃこ和え 根菜汁 りんご	もちきびご飯 白身魚の西京焼き ごまじゃこ和え 根菜汁 りんご
	午後おやつ	卵抜きサーターアンダギー 牛乳	ゼリー 牛乳	ゼリー 豆乳
16(水)	昼食	ごはん チーズハンバーグ アスパラガスソテー ミネストローネスープ りんごゼリー	ごはん 鶏のしょうが焼き アスパラガスソテー かつおだしスープ りんごゼリー	ごはん 鶏のしょうが焼き アスパラガスソテー かつおだしスープ りんごゼリー
	午後おやつ	おさつごま焼き 牛乳	スイートポテト 牛乳	スイートポテト 豆乳
17(木)	昼食	もちきびご飯 チキン照り焼き ひじきのツナ和え 冬瓜のみそ汁 黄桃缶	もちきびご飯 チキン照り焼き ひじきのささみ和え 冬瓜のすまし汁 黄桃缶	もちきびご飯 チキン照り焼き ひじきのツナ和え 冬瓜のみそ汁 黄桃缶
	午後おやつ	ライスクッキー りんご 牛乳	ライスクッキー りんご 牛乳	ライスクッキー りんご 豆乳
18(金)	昼食	ごはん ホイコーロー しゅうまい 春雨スープ フルーツカクテル	ごはん 野菜炒め しゅうまい かつおだし春雨スープ フルーツカクテル	ごはん ホイコーロー 【1品持ち寄り】 かつおだし春雨スープ フルーツカクテル
	午後おやつ	手作り蒸しパン 牛乳	手作り蒸しパン 牛乳	スイートポテト 豆乳
19(土)	昼食	肉うどん ゴボウサラダ(手作りドレッシング) 白桃缶	肉うどん ゴボウサラダ(手作りドレッシング) 白桃缶	【お弁当対応】
	午後おやつ	アレルギー用蒸しパン 牛乳	アレルギー用蒸しパン 牛乳	

2020年 9月献立表(アレルギー)

日付	時間帯	卵アレルギー	卵・大豆・ピーナツアレルギー	小麦・卵・乳・牛肉
23(水)	昼食	ポークカレーライス 小松菜とコーンの和え物 わかめスープ ヨーグルト	アレルギー用使用カレーライス 小松菜とコーンの和え物(ツナ⇒ささみ) わかめスープ ヨーグルト	アレルギー用使用カレーライス 小松菜とコーンの和え物 かつおだしわかめスープ ゼリー
	午後おやつ	アレルギー用蒸しパン 牛乳	アレルギー用蒸しパン 牛乳	スイートポテト 豆乳
24(木)	昼食	ごはん 赤魚照り焼き おぐらの和え物 けんちん汁 みかん缶	ごはん 赤魚照り焼き おぐらの和え物 けんちん汁(豆腐抜き) みかん缶	ごはん 赤魚照り焼き おぐらの和え物 けんちん汁 みかん缶
	午後おやつ	ミニたいやき 牛乳	ゼリー 牛乳	ゼリー 豆乳
25(水)	昼食	ごはん チキンのマーマレード焼き キャベツのソテー ABCスープ ネーブル	ごはん チキンのマーマレード焼き キャベツのソテー かつおだしスープ ネーブル	ごはん チキンのマーマレード焼き キャベツのソテー かつおだしスープ ネーブル
	午後おやつ	しらすおにぎり	しらすおにぎり	しらすおにぎり
26(土)	昼食	マーボーなす丼 大根とえのきの中華スープ パイン缶	ナス炒め丼 大根とえのきの中華スープ パイン缶	マーボーなす丼 大根とえのきのかつおだしスープ パイン缶
	午後おやつ	ジャムサンド 牛乳	ゼリー 牛乳	ゼリー 豆乳
28(月)	昼食	アレルギー用ひき肉チャーハン 春雨サラダ(手作りドレッシング) 中華スープ 黄桃缶	アレルギー用ひき肉チャーハン 春雨サラダ(手作りドレッシング) チンゲン菜入りかつおだしスープ 黄桃缶	アレルギー用ひき肉チャーハン 春雨サラダ(手作りドレッシング) チンゲン菜入りかつおだしスープ 黄桃缶
	午後おやつ	アレルギー用蒸しパン 牛乳	アレルギー用蒸しパン 牛乳	スイートポテト 豆乳
29(火)	昼食	もちきびご飯 鮭のムニエル 彩りサラダ(手作りドレッシング) 野菜スープ 杏仁フルーツ	もちきびご飯 鮭の塩焼き 彩りサラダ(手作りドレッシング) かつおだし野菜スープ 杏仁フルーツ	もちきびご飯 【1品持ち寄り】 彩りサラダ(手作りドレッシング) かつおだし野菜スープ カクテルフルーツ
	午後おやつ	ゼリー 星たべよせんべい	ゼリー カルシウムせんべい	ゼリー 星たべよせんべい
30(水)	昼食	麦ごはん 豚肉のケチャップ炒め マッシュポテト 卵抜きかつおだしスープ りんご	麦ごはん 豚肉のケチャップ炒め マッシュポテト 卵抜きかつおだしスープ りんご	軟飯(離乳食後期同様) 豚肉のケチャップ炒め マッシュポテト 卵抜きかつおだしスープ りんご
	午後おやつ	ライスクッキー 牛乳	ライスクッキー 牛乳	ライスクッキー 豆乳