



| 日付 | 曜 | 離乳午前食 | | | |
|----|----|-------|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|
| | | 中期前半 | 中期後半 | 後期 | |
| 2 | 30 | 月 | ①5分がゆ ②チンゲン菜のスープ ③白身魚煮 ④胡瓜ともやし煮 | ①全がゆ ②チンゲン菜のスープ ③白身魚煮 ④胡瓜ともやし煮 | ①軟飯 ②チンゲン菜のスープ ③白身魚煮 ④胡瓜ともやし煮 |
| 3 | | 火 | ①5分がゆ ②みつばスープ ③ささみあん ④キャバツと玉ねぎ煮 | ①全がゆ ②みつばスープ ③ささみあん ④キャバツと玉ねぎ煮 | ①軟飯 ②みつばスープ ③ささみあん ④キャバツと玉ねぎ煮 |
| 4 | 18 | 水 | ①5分がゆ ②玉ねぎスープ ③人参とひき肉あん ④じゃが芋煮 | ①全がゆ ②玉ねぎスープ ③人参とひき肉あん ④じゃが芋煮 | ①軟飯 ②玉ねぎスープ ③人参とひき肉あん ④じゃが芋煮 |
| 5 | 19 | 木 | ①パンがゆ ②白菜のスープ ③じゃが芋とひき肉あん④ブロッコリー煮 | ①パンがゆ ②白菜のスープ ③じゃが芋とひき肉あん④ブロッコリー煮 | ①トースト ②白菜のスープ ③じゃが芋とひき肉あん④ブロッコリー煮 |
| 6 | 20 | 金 | ①5分がゆ ②キャバツのスープ ③ささみあん ④人参とほうれん草煮 | ①全がゆ ②キャバツのスープ ③ささみあん ④人参とほうれん草煮 | ①軟飯 ②キャバツのスープ ③ささみあん ④人参とほうれん草煮 |
| 7 | 21 | 土 | ①煮込みうどん(玉ねぎ) ③人参としらす煮 ④ブロッコリー煮 | ①煮込みうどん(玉ねぎ) ③人参としらす煮 ④ブロッコリー煮 | ①煮込みうどん(玉ねぎ) ③人参としらす煮 ④ブロッコリー煮 |
| 9 | | 月 | ①5分がゆ ②キャバツスープ ③白身魚のみそ煮 ④小松菜と人参煮 | ①全がゆ ②キャバツスープ ③白身魚のみそ煮 ④小松菜と人参煮 | ①軟飯 ②キャバツスープ ③白身魚のみそ焼き ④小松菜と人参煮 |
| 10 | 24 | 火 | ①5分がゆ ②小松菜のスープ ③玉葱とひき肉あん ④人参煮 | ①全がゆ ②小松菜のスープ ③玉葱とひき肉あん ④人参煮 | ①軟飯 ②小松菜のスープ ③玉葱とひき肉あん ④人参煮 |
| 11 | 25 | 水 | ①5分がゆ ②人参スープ ③ささみあん ④キャバツとチンゲン菜煮 | ①全がゆ ②人参スープ ③ささみあん ④キャバツとチンゲン菜煮 | ①軟飯 ②人参スープ ③ささみあん ④キャバツとチンゲン菜煮 |
| 12 | 26 | 木 | ①5分がゆ ②キャバツスープ ③ひき肉と大根煮 ④人参と胡瓜 | ①全がゆ ②キャバツスープ ③ひき肉と大根煮 ④人参と胡瓜 | ①軟飯 ②キャバツスープ ③ひき肉と大根煮 ④人参と胡瓜 |
| 13 | 27 | 金 | ①5分がゆ ②玉ねぎスープ ③キャバツとしらす煮 ④さつま芋煮 | ①全がゆ ②玉ねぎスープ ③キャバツとしらす煮 ④さつま芋煮 | ①軟飯 ②玉ねぎスープ ③キャバツとしらす煮 ④さつま芋煮 |
| 14 | 28 | 土 | ①にゅうめん(白菜) ③じゃが芋としらす煮 ④もやしとほうれん草煮 | ①にゅうめん(白菜) ③じゃが芋としらす煮 ④もやしとほうれん草煮 | ①にゅうめん(白菜) ③じゃが芋としらす煮 ④もやしとほうれん草煮 |
| 17 | ☆ | 火 | ①5分がゆ ②キャバツスープ ③ささみあん ④玉ねぎといんげん煮 | ①全がゆ ②キャバツスープ ③ささみあん ④玉ねぎといんげん煮 | ①軟飯 ②キャバツスープ ③ささみあん ④玉ねぎといんげん煮 |

2024年9月献立表NO2

| 日付 | 曜 | 離乳午後食 | | | |
|----|----|-------|------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| | | 中期前半 | 中期後半 | 後期 | |
| 2 | 30 | 月 | ①みそ煮込みうどん（大根） ③人参とひき肉あん ④小松菜煮 | ①みそ煮込みうどん（大根） ③人参とひき肉あん ④小松菜煮 | ①みそ煮込みうどん（大根） ③人参とひき肉あん ④小松菜炒め |
| 3 | 17 | 火 | ①5分がゆ ②もやしのみそ汁 ③白身魚煮 ④人参と胡瓜煮 | ①全がゆ ②もやしのみそ汁 ③白身魚煮 ④人参と胡瓜煮 | ①軟飯 ②もやしのみそ汁 ③白身魚煮 ④人参と胡瓜炒め |
| 4 | 18 | 水 | ①5分がゆ ②麩のみそ汁 ③豆腐煮 ④キャバツと玉ねぎ煮 | ①全がゆ ②麩のみそ汁 ③豆腐煮 ④キャバツと玉ねぎ煮 | ①軟飯 ②麩のみそ汁 ③豆腐煮 ④キャバツと玉ねぎ炒め |
| 5 | 19 | 木 | ①5分がゆ ②キャバツのみそ汁 ③ささみあん ④大根と人参煮 | ①全がゆ ②キャバツのみそ汁 ③ささみあん ④大根と人参煮 | ①軟飯 ②キャバツのみそ汁 ③ささみあん ④大根と人参炒め |
| 6 | 20 | 金 | ①5分がゆ ②もやしのみそ汁 ③さつま芋とひき肉あん ④人参煮 | ①全がゆ ②もやしのみそ汁 ③さつま芋とひき肉あん ④人参煮 | ①軟飯 ②もやしのみそ汁 ③さつま芋とひき肉あん ④人参煮 |
| 7 | 21 | 土 | ①5分がゆ ②じゃが芋のみそ汁 ③白身魚煮 ④胡瓜煮 | ①全がゆ ②じゃが芋のみそ汁 ③白身魚煮 ④胡瓜煮 | ①軟飯 ②じゃが芋のみそ汁 ③白身魚煮 ④胡瓜炒め |
| 9 | | 月 | ①5分がゆ ②さつま芋のみそ汁 ③ささみあん ④チンゲン菜煮 | ①全がゆ ②さつま芋のみそ汁 ③ささみあん ④チンゲン菜煮 | ①軟飯 ②さつま芋のみそ汁 ③ささみあん ④チンゲン菜炒め |
| 10 | 24 | 火 | ①5分がゆ ②麩のみそ汁 ③しらすとピーマン煮 ④白菜と人参煮 | ①全がゆ ②麩のみそ汁 ③しらすとピーマン煮 ④白菜と人参煮 | ①軟飯 ②麩のみそ汁 ③しらすとピーマン煮 ④白菜と人参炒め |
| 11 | 25 | 火 | ①5分がゆ ②みつばのみそ汁 ③豆腐煮 ④小松菜と人参煮 | ①全がゆ ②みつばのみそ汁 ③豆腐煮 ④小松菜と人参煮 | ①軟飯 ②みつばのみそ汁 ③豆腐煮 ④小松菜と人参炒め |
| 12 | 26 | 木 | ①5分がゆ ②ほうれん草のみそ汁 ③白身魚煮 ④南瓜煮 | ①全がゆ ②ほうれん草のみそ汁 ③白身魚煮 ④南瓜煮 | ①軟飯 ②ほうれん草のみそ汁 ③白身魚煮 ④南瓜煮 |
| 13 | 27 | 金 | ①5分がゆ ②もやしのみそ汁 ③ささみあん ④じゃが芋と人参煮 | ①全がゆ ②もやしのみそ汁 ③ささみあん ④じゃが芋と人参煮 | ①軟飯 ②もやしのみそ汁 ③ささみあん ④じゃが芋と人参炒め |
| 14 | 28 | 土 | ①5分がゆ ②みつばのみそ汁 ③白身魚煮 ④白菜と人参煮 | ①全がゆ ②みつばのみそ汁 ③白身魚煮 ④白菜と人参煮 | ①軟飯 ②みつばのみそ汁 ③白身魚煮 ④白菜と人参炒め |

2024年9月完了食献立



| 日付 | 曜 | 午前おやつ | 午前食 | 午後食 | 主な材料 | | |
|----|----|--|--|--|--|-------------------------------|---|
| | | | | | 煎や方に なるもの | 血や肉に なるもの | 体の調子を 整えるもの |
| 2 | 30 | 月 | ①マンナ ①ご飯 ②みそ汁(チンゲン菜・玉ねぎ) ③鯖の竜田揚げ ④切干大根のサラダ ⑤フルーツ | ①備蓄用おやつ ②大根の清汁 ③フルーツ④牛乳 | 米・片栗粉 油・エッグケア ごま・ごま油・ツラム クラッカー・α米 | 鯖 みそ 牛乳 | チンゲン菜・玉葱 生姜・切干大根 もやし・みかん缶 胡瓜 |
| 3 | 火 | ⑥牛乳 | ①ご飯 ②みそ汁(なめこ・みつば) ③鶏肉のカレー焼き ④フレンチりんごサラダ ⑤フルーツ | ①2色のぶどうゼリー ②もやしのみそ汁 ③牛乳 ④フルーツ | 米 カレー粉 油 ゼリーの素 | みそ 鶏肉 牛乳 | なめこ・みつば 玉葱・にんにく 生姜・胡瓜・コーン キャベツ・りんご |
| 4 | 18 | 水 | ①クラッカー ①しょうゆラーメン ③じゃが芋のコーンマヨ焼き ⑤フルーツ | ①しそじゃこおにぎり ②鮎のみそ汁 ③牛乳 ④フルーツ | 中華麺・米 エッグケア ごま・じゃが芋 ごま油 | 豚肉・じゃこ 牛乳 ベーコン | キャベツ・もやし 人参・にら・長葱 玉ねぎ・ゆかり コーン |
| 5 | 19 | 木 | ⑥牛乳 ①ツナサンド ②スープ(白菜・春雨) ③ポークビーンズ ④ブロッコリー ⑤フルーツ | ①山菜おこわ ②キャベツのみそ汁 ③牛乳 ④フルーツ | 食パン・エッグケア 春雨・じゃが芋 米・もち米 油・ごま油 | ツナ・豚肉 大豆 牛乳 | 白菜・人参・玉ねぎ キャベツ・ブロッコリー 山菜ミックス グリーンピース |
| 6 | 20 | 金 | ①ビスケット ①ごはん ②みそ汁(キャベツ・しめじ) ③筑前煮 ④ほうれん草のお浸し ⑤フルーツ | ①シュガートースト ②もやしのみそ汁 ③牛乳 ④フルーツ | 米 里芋・油 食パン・バター | みそ 鶏肉 かつお節 牛乳 | しめじ 干椎茸・人参 いんげん・ほうれん草 もやし・キャベツ |
| 7 | 21 | 土 | ⑥牛乳 ①和風スパゲティ ②清汁(豆腐・あさつき) ④ブロッコリーとツナサラダ ⑤フルーツ | ①ひじきチャーハン ②じゃが芋のみそ汁 ③牛乳 ④フルーツ | スパゲティ 油・ごま油 米 | 豚肉・豆腐 牛乳 ツナ | 玉ねぎ・人参・しめじ えのき・あさつき ブロッコリー キャベツ・ひじき・ピーマン |
| 9 | 月 | ①マンナ ①ご飯 ②清汁(キャベツ・あさつき) ③鯖の味噌焼き ④小松菜の和え物 ⑤フルーツ | ①人参蒸しパン ②さつまいものみそ汁 ③牛乳 ④フルーツ | 米・ごま油 油 ホットケーキミックス | 鯖・みそ 牛乳 豆乳 | キャベツ・あさつき 長葱・小松菜 もやし・人参 | |
| 10 | 24 | 火 | ⑥牛乳 ①ご飯 ②みそ汁(小松菜・油揚げ) ③鶏肉の照り焼き ④切干大根の旨煮 ⑤フルーツ | ①あんマーガリンパン ②鮎のみそ汁 ③牛乳 ④フルーツ | 米・油 食パン マーガリン・こしあん | みそ・油揚げ 鶏肉 牛乳 | 小松菜・いんげん 切干大根・人参 椎茸 |
| 11 | 25 | 水 | ①クラッカー ①チキンカレー ②スープ(もやし・コーン) ④チンゲン菜の和え物 ⑤フルーツ | ①スイートポテト ②みつばのみそ汁 ③牛乳 ④フルーツ | 米・油・ごま油 じゃが芋・バター カレールウ ごま・さつまいも | 鶏肉 牛乳 生クリーム | 玉葱・人参 もやし コーン・チンゲン菜 キャベツ・レーズン |
| 12 | 26 | 木 | ⑥牛乳 ①豚丼 ②みそ汁(大根・しめじ) ④ひじきサラダ ⑤フルーツ | ①野菜のお焼き ②ほうれん草のみそ汁 ③牛乳 ④フルーツ | 米・エッグケア 小麦粉・ごま しらたき | 豚肉 ツナ・チーズ 牛乳 みそ | 人参・玉ねぎ 大根 のり・ひじき・胡瓜 キャベツ・しめじ |
| 13 | 27 | 金 | ①ビスケット ①わかめご飯 ②みそ汁(さつまいも・玉葱) ③五目卵焼き ④フルーツ ④ツナとキャベツのサラダ | ①きなこクッキー ②もやしのみそ汁 ③牛乳 ④フルーツ | 米 さつまいも 油 小麦粉・バター | みそ・卵 豚肉・ツナ 牛乳 きなこ | 炊き込みわかめ 人参・ピーマン 玉ねぎ・キャベツ もやし・胡瓜 |
| 14 | 28 | 土 | ⑥牛乳 ①五目にゅうめん ③ジャーマンポテト ⑤フルーツ | ①夕焼けおにぎり ②みつばのみそ汁 ③牛乳 ④フルーツ | そうめん 油・ごま油 米 じゃが芋 | 豚肉 ウインナー ツナ 牛乳 | 人参・椎茸 白菜・もやし しめじ |

★お楽しみメニュー★～十五夜～

| | | | | | | | |
|----|--|---|---|----------------|------------------------|-------------------------|--|
| 17 | | 火 | ⑥牛乳 ①うさちゃんハヤシライス ②スープ(わかめ・コーン) ③キャベツサラダ ⑤フルーツ | ①お月見プリン ⑥牛乳 | 米 油 プリン イナアガー | ハンバーグ 豚肉 豆乳 牛乳 | しめじ・玉ねぎ キャベツ・胡瓜 人参・南瓜 わかめ・コーン |
|----|--|---|---|----------------|------------------------|-------------------------|--|

材料の都合により献立を変更する場合がございます。ご了承ください。