

平成30年



9月幼児食予定献立表



西原白百合保育園

日曜日	朝のおやつ		おやつ	赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)
1 土	はちや棒	ジュシー ナムル 果物 鶏汁	コーンフレーク レーズン 牛乳	ツナ缶 ひじき カニ棒 鶏肉 牛乳	白米 コーンフレーク	人参 には もやし ホウレン草 冬瓜 長ねぎ 果物
3 月	かりんとう	ご飯 サバのゆかり焼き 果物 きんぴらごぼう ゆし豆腐	ほうれん草 ケーキ 牛乳	サバ ツキアゲ 卵 ゆし豆腐 牛乳 粉チーズ	白米 こんにやく	ブロッコリー コーン ごぼう 人参 キャベツ にら ねぎ 果物
4 火	ヨーグルト	ご飯 レバーの唐揚げ 果物 ゴーヤスパサラダ みそ汁	くずもち 牛乳	レバー ベーコン 卵 牛乳 きなこ	白米 芋くず サラspa	コーン 苦瓜 玉葱 トマト 冬瓜 ねぎ ホウレン草 果物
5 水	果汁	あわご飯 鮭のオーロラソース焼き 物 瓜サラダ 大根と油揚げのみそ汁	ジャムサンド 牛乳	鮭 卵 油揚げ チーズ 牛乳	あわ 白米 パン	ブロッコリー 南瓜 大根 しめじ ねぎ 果物
6 木	ヤクルト	お弁当会	ちんすこう 牛乳			
7 金	プリン	ご飯 豆腐ナゲット 果物 オクラとトマトの和え物 白菜のみそ汁	オートミール スクーン 牛乳	木綿豆腐 鶏ミンチ 卵 ツキアゲ 牛乳	白米 オートミール	人参 椎茸 トマト オクラ 青しそ 白菜 ねぎ 果物
8 土	小魚	親子丼 キャベツの和え物 果物 豆腐のみそ汁	ビスコ ブルー 牛乳	鶏肉 卵 昆布 木綿豆腐 牛乳	白米 ビスコ	玉葱 人参 ねぎ キャベツ 小松菜 果物
10 月	スルメ	ビーフカレー 野菜サラダ ヨーグルトあえ コンソメスープ	豆腐ドーナツ 牛乳	牛肉 卵 絹豆腐 牛乳 ヨーグルト	白米 じゃが芋	人参 胡瓜 果物 コーン レタス 玉ねぎ トマト ブロッコリー パセリ
11 火	レーズン	ご飯 秋刀魚フライ 果物 ゴーヤチャンプルー みそ汁	シークワサー ゼリー クラッカー	秋刀魚 卵 ワカメ 粉チーズ	白米 クラッカー	トマト 玉葱 人参 長ネギ 苦瓜 果物
12 水	せんべい	ナスミートスパゲティ 白菜のツナあえ 果物 卵スープ	鮭おにぎり 胡瓜スティック	合挽 ツナ缶 卵 鮭 枝豆	スパゲティ 白米	玉葱 人参 なす ピーマン 白菜 胡瓜 かいわれ 果物
13 木	ブルー	ご飯 鶏肉のきのこあんかけ 果物 胡瓜とちくわの和え物 アーサ汁	プリン クラッカー	鶏肉 ちくわ アーサ プリン	白米 クラッカー	しめじ 椎茸 人参 ねぎ 胡瓜 かいわれ 果物
14 金	ビスケット	炊き込みご飯 もずく酢 果物 具だくさん汁 揚げさつま芋	人参ケーキ 牛乳	ツナ缶 もずく 三枚肉 厚揚げ 卵 牛乳	白米 さつま芋 春雨	人参 しめじ 椎茸 には 胡瓜 冬瓜 ねぎ 果物
15 土	ごまウエ ハース	ご飯 肉野菜炒め 果物 冷奴 ワカメのみそ汁	かりんとう チーズ 牛乳	豚肉 絹豆腐 ワカメ チーズ 牛乳	白米 かりんとう	玉ねぎ もやし 人参 からし菜 コーン 長ネギ 果物
18 火	黒棒	パン ホワイトシチュー 果物 ケチャップウインナー ブロッコリーサラダ	青菜おにぎり 牛乳	鶏肉 卵 ウインナー 牛乳	じゃが芋 白米 パン	玉葱 人参 果物 ブロッコリー グリーンピース
19 水	オレンジ ゼリー	五目ラーメン 胡瓜のおかかあえ 果物 ポテトフライ	ワカメおにぎり 焼ちくわ	豚肉 ワカメ ちくわ	ラーメン ポテトフライ 白米	キャベツ もやし 人参 には 胡瓜 果物
20 木	クラッ カー	コーンご飯 西京焼き 果物 ひじき炒め なめこ汁	野菜チップス 牛乳	メカジキ 豚肉 ひじき 牛乳 油揚げ 大豆	白米 さつま芋	コーン ブロッコリー 人参 には なめこ ねぎ ごぼう れんこん
21 金	果汁	ふりかけご飯 豚肉の煮付け 果物 小松菜の白和え みそ汁	マシュマロおこし 牛乳	豚肉 昆布 ツナ缶 ワカメ きなこ 牛乳 木綿豆腐	白米 マシュマロ コーンフレーク オートミール	大根 ごぼう 人参 小松菜 長ネギ 果物
22 土	小魚	豆腐そぼろ丼 胡瓜の和え物 果物 じゃが芋のみそ汁	タンナファクル レーズン 牛乳	豚ミンチ 木綿豆腐 牛乳	白米 じゃが芋 タンナファクル	玉葱 人参 には 胡瓜 ねぎ 果物
25 火	ヨーグル ト	ご飯 お月見ミートボール 果物 ポテトサラダ かき玉汁	*お月見 *ぜんざい *せんべい	木綿豆腐 ベーコン チーズ ワカメ ツナ缶 金時豆	白米 じゃが芋 押し麦 せんべい	しめじ 椎茸 ねぎ 胡瓜 コーン かいわれ 果物
26 水	チョコウ エハース	三枚肉そば 大根のはちみつレモンあえ 果物 金時豆の甘煮	ジュシー おにぎり 牛乳	三枚肉 かまぼこ 昆布 金時豆 牛乳 ツナ缶	沖縄そば 白米	ねぎ 大根 胡瓜 人参 には 果物
27 木	ヤクルト	ご飯 豚カツ 果物 春雨サラダ すまし汁	パースディケーキ 野菜ジュース	豚肉 卵 カニ棒 アーサ 絹豆腐	白米 春雨 ケーキ	人参 胡瓜 コーン キャベツ 果物
28 金	グレープ ゼリー	ご飯 魚の磯辺揚げ 果物 昆布イリチー キャベツのみそ汁	ふかし芋 牛乳	メカジキ 卵 豚肉 厚揚げ 牛乳 昆布	白米 さつま芋 こんにやく	トマト 人参 には キャベツ ねぎ 果物
29 土	フルーツ グラノー ラ	やきそば 和え物 果物 豆腐のすまし汁	動物ビスケット 牛乳	豚肉 しらす ワカメ 絹豆腐 牛乳	中華麺 ビスケット	玉ねぎ 人参 ビーマン キャベツ 胡瓜 果物 ねぎ

※ 9月17日は敬老の日でお休みです

※ 9月24日は秋分の日でお休みです

※ 都合により献立を変更する事もあります

平成30年



9月幼児食予定献立表



西原白百合保育園

日	曜日	朝のおやつ	おやつ	赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)
1	土	ジュシー ナムル 果物 鶏汁	コーンフレーク レーズン 牛乳	ツナ缶 ひじき カニ棒 鶏肉 牛乳	白米 コーンフレーク	人参 にはら もやし ホウレン草 冬瓜 長ねぎ 果物
3	月	ご飯 レバーの唐揚げ 果物 ゴーヤスパサラダ みそ汁	ほうれん草 パンケーキ 牛乳	レバー ベーコン 卵 ウインナー チーズ 牛乳	白米 サラスパ	コーン 苦瓜 玉葱 トマト 冬瓜 ねぎ ホウレン草 果物
4	火	ご飯 サバのゆかり焼き 果物 きんぴらごぼう ゆし豆腐	サラダサンドイッチ 牛乳	サバ ツキアゲ 卵 ゆし豆腐 牛乳 チーズ	白米 こんにゃく パン	ブロッコリー コーン ごぼう 人参 キャベツ にはら ねぎ 果物
5	水	あわご飯 鮭のオーロラソース焼き 果南 物 瓜サラダ 大根と油揚げのみそ汁	くずもち 牛乳	鮭 卵 油揚げ チーズ 牛乳 きなこ	あわ 白米 芋くず	ブロッコリー 南瓜 大根 しめじ ねぎ 果物
6	木	お弁当会	ちんすこう 牛乳			
7	金	ご飯 豆腐ナゲット 果物 オクラとトマトの和え物 白菜のみそ汁	オートミール クッキー 牛乳	木綿豆腐 鶏ミンチ 卵 ツキアゲ 牛乳	白米 オートミール	人参 椎茸 トマト オクラ 青しそ 白菜 ねぎ 果物
8	土	親子丼 キャベツの和え物 果物 豆腐のみそ汁	ビスコ ブルー 牛乳	鶏肉 卵 昆布 木綿豆腐 牛乳	白米 ビスコ	玉葱 人参 ねぎ キャベツ 小松菜 果物
10	月	ビーフカレー 野菜サラダ ヨーグルトあえ コンソメスープ	豆腐ドーナツ 牛乳	牛肉 卵 絹豆腐 牛乳 ヨーグルト	白米 じゃが芋	人参 胡瓜 果物 コーン レタス 玉ねぎ トマト ブロッコリー パセリ
11	火	ご飯 秋刀魚フライ 果物 ゴーヤチャンプルー みそ汁	シークワサー ゼリー クラッカー	秋刀魚 卵 ワカメ 粉チーズ	白米 クラッカー	トマト 玉葱 人参 長ネギ 苦瓜 果物
12	水	ナスミートスパゲティ 白菜のツナあえ 果物 卵スープ	鮭おにぎり 胡瓜スティック	合挽 ツナ缶 卵 鮭 枝豆	スパゲティ 白米	玉葱 人参 なす ピーマン 白菜 胡瓜 かいわれ 果物
13	木	ご飯 鶏肉のきのこあんかけ 果物 胡瓜とちくわの和え物 アーサ汁	プリン クラッカー	鶏肉 ちくわ アーサ プリン	白米 クラッカー	しめじ 椎茸 人参 ねぎ 胡瓜 かいわれ 果物
14	金	炊き込みご飯 もずく酢 果物 具だくさん汁 揚げさつま芋	人参ケーキ 牛乳	ツナ缶 もずく 三枚肉 厚揚げ 卵 牛乳	白米 さつま芋 春雨	人参 しめじ 椎茸 にはら 胡瓜 冬瓜 ねぎ 果物
15	土	ご飯 肉野菜炒め 果物 冷奴 ワカメのみそ汁	かりんとう チーズ 牛乳	豚肉 絹豆腐 ワカメ チーズ 牛乳	白米 かりんとう	玉ねぎ もやし 人参 からし菜 コーン 長ネギ 果物
18	火	パン ホワイトシチュー 果物 ケチャップウインナー ブロッコリーサラダ	青菜おにぎり 牛乳	鶏肉 卵 ウインナー 牛乳	じゃが芋 白米 パン	玉葱 人参 果物 ブロッコリー グリーンピース
19	水	ご飯 豚カツ 果物 春雨サラダ すまし汁	ちんすこう 牛乳	豚肉 卵 カニ棒 アーサ 絹豆腐 牛乳	白米 ラード 春雨	人参 胡瓜 コーン キャベツ 果物
20	木	コーンご飯 西京焼き 果物 ひじき炒め なめこ汁	野菜チップス 牛乳	メカジキ 豚肉 ひじき 牛乳 油揚げ 大豆	白米 さつま芋	コーン ブロッコリー 人参 にはら なめこ ねぎ ごぼう れんこん
21	金	ふりかけご飯 豚肉の煮付け 果物 小松菜の白和え みそ汁	マシュマロおこし 牛乳	豚肉 昆布 ツナ缶 ワカメ きなこ 牛乳 木綿豆腐	白米 マシュマロ コーンフレーク オートミール	大根 ごぼう 人参 小松菜 長ネギ 果物
22	土	豆腐そぼろ丼 胡瓜の和え物 果物 じゃが芋のみそ汁	タンナファクル レーズン 牛乳	豚ミンチ 木綿豆腐 牛乳	白米 じゃが芋 タンナファクル	玉葱 人参 にはら 胡瓜 ねぎ 果物
25	火	ご飯 お月見ミートボール 果物 * ポテトサラダ かき玉汁 * * * お月見 ぜんざい		木綿豆腐 ベーコン チーズ ワカメ ツナ缶 金時豆	白米 じゃが芋 押し麦	しめじ 椎茸 ねぎ 胡瓜 コーン かいわれ 果物
26	水	三枚肉そば 大根のはちみつレモンあえ 果物 金時豆の甘煮	ジュシー おにぎり 牛乳	三枚肉 かまぼこ 昆布 金時豆 牛乳 ツナ缶	沖縄そば 白米	ねぎ 大根 胡瓜 人参 にはら 果物
27	木	ご飯 豚カツ 果物 春雨サラダ すまし汁	ちんすこう 牛乳	豚肉 卵 カニ棒 アーサ 絹豆腐 牛乳	白米 ラード 春雨	人参 胡瓜 コーン キャベツ 果物
28	金	ご飯 魚の磯辺揚げ 果物 昆布イリテー キャベツのみそ汁	ふかし芋 牛乳	メカジキ 卵 豚肉 厚揚げ 牛乳 昆布	白米 さつま芋 こんにゃく	トマト 人参 にはら キャベツ ねぎ 果物
29	土	やしそば 和え物 果物 豆腐のすまし汁	動物ビスケット 牛乳	豚肉 しらす ワカメ 絹豆腐 牛乳	中華麺 ビスケット	玉ねぎ 人参 ピーマン キャベツ 胡瓜 果物 ねぎ

- ※ 9月17日は敬老の日でお休みです
- ※ 9月24日は秋分の日でお休みです
- ※ 都合により献立を変更する事もあります



離乳食予定献立表

平成30年

西原白百合保育園

日曜日	曜日(ん期)	中期(もぐもぐ期) 7~8ヶ月	後期(かみかみ期) 9~11ヶ月	2回食 pm3:00 後期~	
調理形態	ト状	豆腐の固さ マッシュ	バナナの固さ 柔らかく刻み		
1	土	つぶしジュシー 人参つぶし煮 果物 つぶしナムル すまし汁	ジュシー 人参きんぴら煮 果物 ナムル すまし汁	コーン フレーク	
3	月	全粥 魚のつぶし野菜煮 果物 人参つぶしきんぴら ゆし豆腐	軟飯 魚の野菜煮 果物 人参きんぴら ゆし豆腐	ほうれん草の パンケーキ	
4	火	全粥 レバーつぶし煮 果物 ゴーヤーつぶしパサラダ 冬瓜みそ汁	軟飯 レバー煮込み 果物 ゴーヤースパサラダ 冬瓜みそ汁	くずもち	
5	水	あわ全粥 魚の野菜つぶし煮 果物 南瓜サラダ 大根のみそ汁	あわ軟飯 魚の野菜煮 果物 南瓜サラダ 大根のみそ汁	ジャムパン	
6	木				
7	金	全粥 豆腐のつぶし煮 果物 オクラとトマトのつぶしあえ みそ汁	軟飯 豆腐の煮物 果物 オクラとトマトの和え物 ワカメのみそ汁	オートミール パンケーキ	
8	土	全粥 鶏肉のつぶし煮 果物 キャベツのつぶしあえ 豆腐のみそ汁	軟飯 鶏肉の煮物 果物 キャベツの和え物 豆腐のみそ汁	ビスケット ブルーン	
10	月	全粥 ササミのミルクうがし煮 ヨーグルトあえ 野菜つぶしサラダ オニオンスープ	軟飯 ササミのミルク煮 ヨーグルトあえ 野菜サラダ オニオンスープ	豆腐おやき	
11	火	全粥 魚のトマトつぶし煮 果物 ゴーヤーのつぶし煮 ワカメみそ汁	軟飯 魚のトマト煮 果物 ゴーヤーの柔らか煮 ワカメみそ汁	ヨーグルト ビスケット	
12	水	全粥 野菜と鶏肉のつぶし煮 果物 白菜ツナつぶしあえ オニオンスープ	軟飯 野菜と鶏肉の煮物 果物 白菜のツナ和え オニオンスープ	鮭おにぎり	
13	木	全粥 鶏肉のつぶし煮 果物 胡瓜としらすのおろしあえ すまし汁	軟飯 鶏肉の煮物 果物 胡瓜のしらすあえ アーサ汁	ヨーグルト	
14	金	全粥 さつま芋とツナのつぶし煮物 果物 胡瓜のおろし和え 鶏汁	軟飯 さつま芋とツナの煮物 果物 胡瓜の和え物 鶏汁	人参 パンケーキ	
15	土	全粥 野菜のつぶし煮 果物 煮奴 ワカメのみそ汁	軟飯 野菜の柔らか煮 果物 煮奴 ワカメのみそ汁	ビスケット チーズ	
18	火	全粥 ホワイトシチュー 果物 魚のつぶし煮 ブロccoliーつぶしサラダ	軟飯 ホワイトシチュー 果物 魚のくず煮 ブロccoliーサラダ	青菜おにぎり	
19	水	つぶし煮込みうどん 胡瓜のおろしあえ 果物 じゃが芋のつぶし煮	煮込みうどん 胡瓜の和え物 果物 じゃが芋の煮物	ワカメ おにぎり	
20	木	コーン全粥 魚の野菜つぶし煮 果物 人参つぶし煮 みそ汁	コーン軟飯 魚の野菜煮 果物 人参炒め煮 みそ汁	ふかし芋	
21	金	全粥 鶏肉の野菜つぶし煮 果物 小松菜のつぶし白和え みそ汁	軟飯 鶏肉の野菜煮 果物 小松菜の白和え みそ汁	オートミール パンケーキ	
22	土	全粥 豆腐のつぶし煮 果物 胡瓜のおろしあえ じゃが芋のみそ汁	軟飯 豆腐そぼろ煮 果物 胡瓜の和え物 じゃが芋のみそ汁	ビスケット レーズン	
25	火	*全粥 野菜のそぼろつぶし煮 果物 *ポテトサラダ 冬瓜のみそ汁*	軟飯 野菜のそぼろ煮 果物 ポテトサラダ 冬瓜のみそ汁	ぜんざい	
26	水	全粥 鶏肉のつぶし煮物 大根のつぶし和え 果物 金時豆の甘煮 ソーメン汁	軟飯 鶏肉の煮物 大根の和え物 果物 金時豆の甘煮 ソーメン汁	ジュシー	
27	木	全粥 鶏肉の野菜つぶし煮 果物 春雨つぶしサラダ 豆腐のすまし汁	軟飯 鶏肉の野菜煮 果物 春雨サラダ 豆腐のすまし汁	フルーツ パンケーキ	
28	金	全粥 魚のつぶしトマト煮 果物 人参つぶし煮 キャベツのみそ汁	軟飯 魚のトマト煮 果物 人参しりしり煮 キャベツのみそ汁	ふかし芋	
29	土	全粥 鶏肉の野菜つぶし煮 果物 胡瓜のおろし和え 豆腐のすまし汁	軟飯 鶏肉の野菜煮 果物 胡瓜の和え物 豆腐のすまし汁	ビスケット	

※ 9月17日は敬老の日でお休みです

※ 9月22日は秋分の日でお休みです

※ 離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整しています。

