



# 9月幼児食予定献立表

令和元年

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)	
2	月	かりんとう	ご飯 teri焼きチキン 果物 麩チャンプルー 白菜のみそ汁	モズク天ぷら 牛乳	鶏肉 卵 ツキアゲ もずく ツナ缶 牛乳	白米 車麩	コーン キャベツ もやし 人参 小松菜 白菜 しめじ ねぎ 果物	
3	火	固形ヨーグルト	ご飯 鮭のみそマヨ焼き 果物 ジャーマンポテト 大根のみそ汁	ごまサンド 牛乳	鮭 ベーコン 牛乳	白米 じゃが芋 パン	ブロッコリー 玉ねぎ 人参 パセリ 大根 ねぎ 果物	
4	水	チョコウエハース	冷やし中華 コーンボール 果物	鮭ワカメおにぎり 牛乳	ハム アーサ 鶏ミンチ 卵 鮭 ワカメ 牛乳	白米 中華麺	胡瓜 トマト 長ネギ コーン ねぎ 果物	
5	木	ヤクルト	ゆかりご飯 ぎせい豆腐 果物 梅昆布甘酢あえ じゃが芋のみそ汁	ちんすこう りんご 牛乳	木綿豆腐 鶏ミンチ 昆布 卵 牛乳	白米 ラード じゃが芋	椎茸 人参 きぬさや 白菜 胡瓜 玉ねぎ ねぎ 果物	
6	金	はちや棒	ご飯 豚カツ 果物 もずく酢 ゆし豆腐	ブラウニー 牛乳	豚肉 もずく ゆし豆腐 卵 牛乳	白米	ブロッコリー コーン 胡瓜 ねぎ 果物	
7	土	クラッカー	鶏そぼろ丼 果物 胡瓜の和え物 ワカメのみそ汁	タンナファクルー レーズン 牛乳	鶏ミンチ 卵 ちくわ わかめ 牛乳	白米 タンナファクルー	ねぎ 玉ねぎ 人参 しそ 胡瓜 しめじ 果物	
9	月	オレンジゼリー	ご飯 ごぼうすき煮 果物 マカロニサラダ もずくスープ	さつま芋ドーナツ 牛乳	厚揚げ 豚肉 もずく 卵 牛乳	白米 マカロニ さつま芋 こんにやく	ごぼう 人参 胡瓜 コーン 長ネギ 小松菜 果物	
10	火	ビスコ	麦ご飯 さんまのカレー揚げ 果物 ひじき炒め 冬瓜のみそ汁	ちんびん 牛乳	秋刀魚 ひじき 豚肉 牛乳	白米 押し麦 しらたき	トマト 人参 にはら 冬瓜 しめじ ねぎ 果物	
11	水	果汁	五目うどん しゃぶしゃぶサラダ 果物 ちくわの磯辺揚げ	みそおにぎり カットコーン	油揚げ ちくわ 卵 ワカメ 豚肉 ツナ缶 枝豆	うどん 白米	もやし 人参 ねぎ レタス 胡瓜 コーン	
12	木	レーズン	ご飯 サバの味噌ダレ焼き 果物 豚バラ大根 なめこ汁	ツナサンドイッチ 牛乳	サバ 豚肉 絹豆腐 ツナ缶 牛乳	白米 パン	長ネギ えのき 大根 人参 グリンピース 果物 なめこ 玉ねぎ パセリ	
13	金	プリン	ご飯 お月見肉団子 果物 人参しりしり ソーメン汁	ぜんざい せんべい	豚ミンチ ツナ缶 卵 金時豆	白米 押し麦 ソーメン	玉ねぎ 人参 ピーマン ねぎ 果物	
14	土	フルーツグラノーラ	生姜焼き丼 スパサラダ 果物 キャベツの味噌汁	ビスコ ブルー 牛乳	豚肉 ハム 牛乳 油揚げ	白米 サラスパ ビスコ	玉ねぎ 人参 胡瓜 コーン ピーマン 果物 キャベツ ねぎ	
17	火	小魚	シンデレラカレー 果物 コールスローサラダ 卵スープ	チョコケーキ 牛乳	豚ミンチ 豚レバー 卵 卵 牛乳	白米 じゃが芋 チョコ	玉ねぎ 人参 南瓜 グリンピース キャベツ 胡瓜 ねぎ 果物	
18	水	シーカーサーゼリー	ご飯 魚の天ぷら 果物 クービイリチー 豆腐のみそ汁	ヨーグルト パンケーキ 牛乳	白身魚 卵 豚肉 昆布 木綿豆腐 ヨーグルト 牛乳	白米 こんにやく	トマト 切干大根 にはら 人参 小松菜 えのき 果物	
19	木	黒棒	ミートスパゲティ フレンチサラダ 果物 わかめスープ	きつねおにぎり 枝豆	合挽き わかめ ひじき 枝豆 いなりあげ	白米 スパゲティ	玉ねぎ 人参 ピーマン レタス 胡瓜 ねぎ 果物	
20	金	レーズン	三枚肉そば 千草あえ 果物 金時豆の甘煮	ジュシー おにぎり いりこ	三枚肉 かまぼこ ひじき 金時豆 油揚げ いりこ ツナ缶	白米 沖繩そば	ねぎ 胡瓜 小松菜 人参 にはら 果物	
21	土	ブルー	炊き込みご飯 和え物 果物 豚汁	はちやぐみ チーズ 牛乳	ツナ缶 ひじき 大豆 豚肉 木綿豆腐 しらす チーズ 牛乳	白米 はちやぐみ	人参 にはら 果物 胡瓜 大根 ねぎ	
24	火	果汁	ご飯 鮭のゴマ揚げ 果物 きんぴらごぼう 大根のみそ汁	チーズ蒸しパン 牛乳	鮭 ツキアゲ 卵 牛乳 粉チーズ	白米	トマト ごぼう 人参 大根 しめじ ねぎ 小松菜 果物	
25	水	グレープゼリー	ふりかけご飯 コロッケ ヨーグルトあえ ブロッコリーサラダ オニオンスープ	トマトケーキ 牛乳	合挽き 卵 ヨーグルト 牛乳	白米 じゃが芋	玉ねぎ コーン トマト ブロッコリー 人参 果物	
26	木	ヤクルト	 お弁当会 & お誕生会 					
27	金	ビスコ	ご飯 サバの香味焼き 果物 ゴーヤーチャンプルー アーサ汁	ジャムパン 牛乳	サバ 豚肉 木綿豆腐 アーサ 牛乳 卵	白米 パン	大根 しそ ゴーヤー 玉ねぎ 人参 えのき ねぎ 果物	
28	土	かりんとう	豆腐そぼろ丼 胡瓜の和え物 果物 ワカメのみそ汁	コーンフレーク レーズン 牛乳	豚ミンチ 木綿豆腐 ちくわ ワカメ 牛乳	白米 コーンフレーク	玉ねぎ 人参 にはら 胡瓜 コーン ねぎ 果物	
30	月	せんべい	ご飯 チキンのから揚げ 果物 冬瓜の煮物 みそ汁	くずもち 牛乳	鶏肉 ちくわ 油揚げ きな粉 牛乳	白米 芋くず	トマト 冬瓜 ねぎ 果物 グリンピース キャベツ	

※ 9月16日は敬老の日でお休みです

※ 9月23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





### 9月離乳食予定献立表

西原白百合保育園

令和元年

日曜日	初期(ごっくん期) 5~6ヶ月	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	ヨーグルト状 ペースト	豆腐の固さ マッシュ	バナナの固さ 柔らかく刻み	
2月	つぶし粥 白身魚すり流し 果汁 野菜ペースト 白菜スープ	全粥 鶏肉のつぶし煮 果物 野菜つぶし煮 白菜のみそ汁	軟飯 鶏肉の煮物 果物 野菜炒め煮 白菜のみそ汁	ヒラヤーチー
3火	つぶし粥 白身魚のすり流し 果汁 じゃが芋ペースト 大根スープ	全粥 鮭と野菜のミルクつぶし煮 果物 じゃが芋つぶし煮 大根のすまし汁	軟飯 鮭と野菜のミルク煮 果物 じゃが芋の煮物 大根のすまし汁	ジャムパン
4水	つぶし粥 南瓜ペースト 果汁 トマトサラダマッシュ オニオンスープ	全粥 ささみのつぶし煮 果物 トマトつぶしサラダ うどんつぶし汁	軟飯 ささみの煮物 果物 トマトサラダ うどん汁	鮭おにぎり
5木	つぶし粥 人参ペースト 果汁 白菜ペースト じゃが芋スープ	全粥 いりつぶし豆腐 果物 つぶし和え物 じゃが芋のみそ汁	軟飯 いり豆腐 果物 和え物 じゃが芋のみそ汁	りんごの コンポート
6金	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 南瓜ペースト すましスープ	全粥 鶏肉のつぶし野菜煮 果物 胡瓜のおろしあえ ゆし豆腐	軟飯 鶏肉の野菜煮 果物 胡瓜の和え物 ゆし豆腐	ココア パンケーキ
7土	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 さつま芋マッシュ オニオンスープ	全粥 野菜つぶし煮 果物 さつま芋つぶし煮 みそ汁	軟飯 野菜炒め煮 果物 さつま芋の煮物 みそ汁	ビスケット レーズン
9月	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 マッシュポテト すましスープ	全粥 鶏肉の野菜つぶし煮 果物 ポテトサラダ すまし汁	軟飯 鶏肉の野菜煮 果物 ポテトサラダ すまし汁	さつま芋 おやき
10火	つぶし粥 白身魚のすり流し 果汁 人参ペースト 冬瓜スープ	全粥 白身魚のトマトつぶし煮 果物 人参つぶし煮 冬瓜のみそ汁	軟飯 白身魚のトマト煮 果物 人参炒め煮 冬瓜のみそ汁	ちんびん
11水	つぶし粥 うどんすり流し汁 果汁 サラダマッシュ 南瓜ペースト	全粥 つぶし煮込みうどん 果汁 つぶしサラダ 南瓜の煮物	軟飯 煮込みうどん 果物 サラダ 南瓜の煮物	みそおにぎり
12木	つぶし粥 白身魚のすり流し 果汁 大根ペースト 白菜スープ	全粥 白身魚のつぶし煮 果物 大根のつぶし煮 白菜のみそ汁	軟飯 白身魚の煮つけ 果物 大根の煮物 白菜のみそ汁	ジャムサンド
13金	つぶし粥 南瓜ペースト 果汁 野菜ペースト すましスープ	全粥 ささみのつぶし野菜煮 果物 人参つぶし煮 ソーメン汁	軟飯 ささみの野菜煮 果物 人参しりしり煮 ソーメン汁	金時豆の 煮豆
14土	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 人参ペースト キャベツスープ	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 果物 胡瓜のつぶしあえ キャベツのみそ汁	軟飯 鶏肉の野菜煮 果物 胡瓜の和え物 キャベツのみそ汁	ビスケット プルーン
17火	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 サラダマッシュ オニオンスープ	全粥 つぶし煮物 果物 つぶしサラダ オニオンスープ	軟飯 煮物 果物 コールスローサラダ オニオンスープ	人参 パンケーキ
18水	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 人参ペースト 豆腐のすり流し汁	全粥 魚のつぶし煮 果物 切干大根つぶし煮 豆腐のみそ汁	軟飯 魚の煮つけ 果物 切干大根イリチー煮 豆腐のみそ汁	ヨーグルト パンケーキ
19木	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 サラダマッシュ オニオンスープ	全粥 鶏肉のトマトつぶし煮 果物 つぶしレタスサラダ オニオンスープ	軟飯 鶏肉のトマト煮 果物 レタスサラダ オニオンスープ	きつね おにぎり
20金	つぶし粥 白身魚のすり流し 果汁 小松菜ペースト すましスープ	全粥 煮込みつぶしうどん汁 果物 小松菜のつぶし和え 金時豆のつぶし甘煮	軟飯 煮込みうどん汁 果物 小松菜の和え物 金時豆の甘煮	じゅーしー
21土	つぶし粥 人参ペースト 果汁 大根スープ	じゅーしー つぶし和え物 果物 豆腐のみそ汁	じゅーしー 和え物 果物 豆腐のみそ汁	ビスケット チーズ
24火	つぶし粥 白身魚のすり流し 果汁 人参ペースト 大根スープ	全粥 鮭のつぶしトマト煮 果物 人参つぶし煮 大根のみそ汁	軟飯 鮭のトマト煮 果物 人参きんぴら煮 大根のみそ汁	蒸しパン
25水	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 ブロッコリーマッシュ オニオンスープ	全粥 じゃが芋のつぶし煮 ヨーグルトあえ ブロッコリーつぶしサラダ オニオンスープ	軟飯 じゃが芋の煮物 ヨーグルトあえ ブロッコリーサラダ オニオンスープ	トマト パンケーキ
26木	お弁当会 & お誕生会			
27金	つぶし粥 白身魚のすり流し 果汁 野菜ペースト すましスープ	全粥 白身魚のつぶし煮 果物 野菜つぶし煮 すまし汁	軟飯 白身魚の煮つけ 果物 野菜チャンプルー煮 すまし汁	ジャムパン
28土	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 南瓜ペースト オニオンスープ	全粥 豆腐つぶし煮 果物 南瓜の煮物 みそ汁	軟飯 豆腐のそぼろ煮 果物 南瓜の煮物 みそ汁	コーン フレーク
30月	つぶし粥 トマトペースト 果汁 冬瓜ペースト すましスープ	全粥 ささみのつぶしトマト煮 果物 冬瓜のつぶし煮 みそ汁	軟飯 ささみのトマト煮 果物 冬瓜の煮物 みそ汁	じゃが芋 おやき

※ 9月16日は敬老の日でお休みです

※ 9月23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。

