

離乳食献立

2025年9月

もぐもぐ・かみかみ食

1	月	おかゆ 【軟飯】	そぼろ煮(鶏ひき肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・いんげん) 野菜スープ(玉ねぎ・人参・ブロッコリー・麩)
2	火	おかゆ 【軟飯】	みそポトフ(ささみ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・小松菜) スティック野菜(きゅうり・人参・ブロッコリー)
3	水	おかゆ 【軟飯】	さつまいものそぼろ煮(鶏ひき肉・さつまいも・人参・いんげん) 豆腐のみそ汁(小松菜・玉ねぎ・豆腐)
4	木	おかゆ 【軟飯】	魚の野菜あんかけ煮(白身魚・きゅうり・わかめ・人参・ブロッコリー) 豆腐のみそ汁(豆腐・大根・人参)
5	金	おかゆ 【軟飯】	とうがん煮(とうがん・人参・いんげん・鶏ささみ) 野菜のおかか和え(キャベツ・人参・きゅうり)
6	土		鶏雑炊(軟飯・小松菜・玉ねぎ・鶏ひき肉)
8	月	おかゆ 【軟飯】	豆腐のあんかけ煮(豆腐・人参・白菜・チンゲン菜・麩) 野菜スティック(きゅうり・人参・ブロッコリー)
9	火	おかゆ 【軟飯】	魚のあんかけ煮(白身魚・玉ねぎ・人参・ブロッコリー) かぼちゃ煮(かぼちゃ) けんちん汁(豆腐・人参・大根)
10	水	おかゆ 【軟飯】	肉団子スープ(鶏ひき肉・玉ねぎ・トマト・じゃが芋・玉ねぎ・人参) 野菜スティック(きゅうり・人参・ブロッコリー)
11	木	おかゆ 【軟飯】	ささみのあんかけ煮(ささみ・かぼちゃ・人参・いんげん) 野菜のおかか和え(きゅうり・ブロッコリー・人参)
12	金	おかゆ 【軟飯】	鶏団子鍋(鶏ひき肉・玉ねぎ・大根・人参・豆腐・玉ねぎ) さつまいもサラダ(さつまいも・きゅうり・にんじん)
13	土		煮込みうどん(うどん・鶏ひき肉・にんじん・チンゲン菜・かぼちゃ)
15	月		敬老の日
16	火	おかゆ 【軟飯】	煮込みハンバーグ(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・玉ねぎ・ブロッコリー) 大根スープ(大根・人参・玉ねぎ・じゃが芋)
17	水	おかゆ 【軟飯】	そぼろ煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋) 野菜のおかか和え(きゅうり・人参・ブロッコリー)
18	木	おかゆ 【軟飯】	肉団子の野菜あんかけ煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・ブロッコリー・人参・玉ねぎ) みそ汁(豆腐・玉ねぎ・人参)
19	金	おかゆ 【軟飯】	魚のあんかけ煮(白身魚・玉ねぎ・人参・ブロッコリー) そうめん汁(そうめん・人参・玉ねぎ・わかめ)
20	土		鶏雑炊(軟飯・キャベツ・人参・玉ねぎ・鶏ひき肉)
22	月		スープパ(スパゲティ・玉ねぎ・人参・白菜・ささみ) さつまいもサラダ(さつまいも・人参・きゅうり)
23	火		秋分の日
24	水	おかゆ 【軟飯】	肉じゃが(鶏ひき肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・いんげん) 野菜のおかか和え(きゅうり・ブロッコリー・人参)
25	木	おかゆ 【軟飯】	グラタン風(鶏ひき肉・玉ねぎ・さつまいも・ほうれん草) 野菜スープ(キャベツ・人参・玉ねぎ・麩)
26	金	おかゆ 【軟飯】	肉団子の野菜あんかけ煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・いんげん・かぼちゃ) 野菜スティック(きゅうり・人参・ブロッコリー)
27	土		鶏雑炊(軟飯・ささみ・人参・キャベツ・麩)
29	月	おかゆ 【軟飯】	豆乳シチュー(ささみ・玉ねぎ・人参・じゃが芋・チンゲン菜) 野菜のおかか和え(きゅうり・人参・ブロッコリー)
30	火	おかゆ 【軟飯】	おやき(さつまいも・鶏ひき肉・玉ねぎ) スティック野菜(きゅうり・人参) 豆腐のみそ汁(豆腐・玉ねぎ・人参・わかめ)

調味料はだし・しょうゆ・みそを使用しています。