

# 献立表 9月

	もぐもぐ(7・8ヶ月)	かみかみ(9~11ヶ月)	かみかみ おやつ
1	火 おかゆ 肉団子スープ(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・チンゲン菜) さつま芋おやき(さつま芋・玉ねぎ・青のり)	軟飯 肉団子スープ さつま芋おやき	ビスケット
2	水 おかゆ 磯煮(ひじき・人参・じゃが芋・豆腐) しらす和え(しらす・ブロッコリー・人参・きゅうり) パナナ	軟飯 磯煮 しらす和え パナナ	せんべい
3	木 おかゆ 魚のみそ煮(白身魚) かぼちゃ煮(かぼちゃ) のっぺい汁(大根・人参・玉ねぎ・鶏ささみ)	軟飯 魚のみそ煮 かぼちゃ煮 のっぺい汁	スイート ポテト
4	金 おかゆ 煮込みハンバーグ(鶏ひき肉・玉ねぎ) ポテトサラダ(じゃが芋・きゅうり・りんご) 大根スープ(大根・人参・玉ねぎ)	軟飯 煮込みハンバーグ ポテトサラダ 大根スープ	きな粉 クリーム サンド
5	土 煮込みうどん(うどん・人参・キャベツ・玉ねぎ・麩) チーズ	煮込みうどん チーズ	
7	月 おかゆ じゃが納豆おやき(じゃが芋・納豆・小松菜) みそ汁(大根・人参・玉ねぎ・麩)	軟飯 じゃが納豆おやき みそ汁	ウエハース
8	火 ごはん トマト煮込み(トマト・人参・玉ねぎ・じゃが芋・鶏ひき肉・ブロッコリー) マカロニきな粉(マカロニ・きな粉) パナナ	軟飯 トマト煮込み マカロニきな粉 パナナ	ゼリー
9	水 おかゆ 魚のあんかけ煮(白身魚・人参・ひじき・玉ねぎ) さつま汁(さつま芋・大根・人参・玉ねぎ)	軟飯 魚のあんかけ煮 さつま汁	せんべい
10	木 食パン 肉団子の豆乳スープ(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・ブロッコリー) おろし和え(キャベツ・人参・きゅうり・りんご)	食パン 肉団子の豆乳スープ おろし和え	きな粉粥
11	金 おかゆ 肉じゃが(じゃが芋・人参・玉ねぎ・鶏ささみ) 豆腐の野菜あんかけ(豆腐・キャベツ・人参・ブロッコリー) パナナ	軟飯 肉じゃが 豆腐の野菜あんかけ パナナ	せんべい
12	土 しらす雑炊(ごはん・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・しらす) チーズ	しらす雑炊 チーズ	
14	月 おかゆ かぼちゃのそぼろあんかけ(かぼちゃ・鶏ひき肉・玉ねぎ) 小松菜のみそ汁(小松菜・人参・玉ねぎ・豆腐)	軟飯 かぼちゃのそぼろあんかけ 小松菜のみそ汁	せんべい
15	火 おかゆ 冬瓜煮(冬瓜・人参・いんげん・鶏ひき肉) 野菜の白和え(キャベツ・人参・豆腐・ブロッコリー)	軟飯 冬瓜煮 野菜の白和え	食パン
16	水 おかゆ 魚の野菜あんかけ(鮭・パプリカ・玉ねぎ・人参) そうめん汁(そうめん・人参・玉ねぎ・麩)	軟飯 魚の野菜あんかけ そうめん汁	米粉 マフィン
17	木 おかゆ 肉団子スープ(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・白菜) さつま芋とりんごのあえもの(さつま芋・りんご)	軟飯 肉団子スープ さつま芋とりんごのあえもの	ウエハース
18	金 おかゆ 肉団子(鶏ひき肉・玉ねぎ) 野菜のおかか和え(なす・ブロッコリー) じゃが芋みそ汁(じゃが芋・人参・玉ねぎ・わかめ)	軟飯 肉団子 野菜のおかか和え じゃが芋みそ汁	せんべい
19	土 煮込みうどん(うどん・人参・玉ねぎ・麩・わかめ) パナナ	煮込みうどん パナナ	
21	月	敬老の日	
22	火	秋分の日	
23	水 おかゆ 豆腐ハンバーグ(豆腐・鶏ひき肉・玉ねぎ) ポテトサラダ(じゃが芋・ブロッコリー) わかめスープ(わかめ・人参・玉ねぎ・麩)	軟飯 豆腐ハンバーグ ポテトサラダ わかめスープ	お米の スティック ケーキ
24	木 おかゆ かぼちゃのおやき(かぼちゃ・鶏ひき肉) 豆腐のすまし汁(豆腐・人参・キャベツ・玉ねぎ)	軟飯 かぼちゃのおやき 豆腐のすまし汁	せんべい
25	金 おかゆ 肉じゃが(じゃが芋・人参・玉ねぎ・鶏ささみ) しらすあんかけ煮(しらす・人参・ブロッコリー) パナナ	軟飯 肉じゃが しらすあんかけ煮 パナナ	ゼリー
26	土 しらす雑炊(しらす・人参・キャベツ・ブロッコリー) チーズ	しらす雑炊 チーズ	
28	月 おかゆ マーボー豆腐(豆腐・鶏ひき肉・人参・玉ねぎ) 野菜のおかか和え(ブロッコリー・人参・きゅうり)	軟飯 マーボー豆腐 野菜のおかか和え	キャロット ゼリー
29	火 おかゆ 魚の野菜あんかけ(鮭・玉ねぎ・人参・ブロッコリー) スティック野菜(大根・きゅうり) みそ汁(さつま芋・白菜・人参・玉ねぎ)	軟飯 魚の野菜あんかけ スティック野菜 みそ汁	米粉 マフィン
30	水 おかゆ 魚入りマッシュポテト(白身魚・じゃが芋・青のり) かぼちゃみそ汁(かぼちゃ・人参・玉ねぎ)	軟飯 魚入りマッシュポテト かぼちゃみそ汁	せんべい