

# 献立表 9月

	もくもく(7・8ヶ月)	かみかみ(9~11ヶ月)	かみかみ おやつ
1	木 おかゆ トマト煮(鶏ひき肉・人参・玉ねぎ・かぼちゃ・トマト缶) しらすのやわらか煮(しらす・ブロッコリー・人参) パナナ	軟飯 トマト煮 しらすのやわらか煮 パナナ	ウエハース
2	金 おかゆ 鶏団子煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐・冬瓜・人参・いんげん) 豆腐の野菜あん(豆腐・小松菜・人参)	軟飯 鶏団子煮 豆腐の野菜あん	せんべい
3	土 あんかけうどん(うどん・人参・ブロッコリー・しらす) ヨーグルト	あんかけうどん ヨーグルト	
5	月 おかゆ 豆腐のそぼろ煮(豆腐・鶏ひき肉・人参・白菜・鮎) ひじきあんかけ煮(ひじき・きゅうり・人参)	軟飯 豆腐のそぼろ煮 ひじきあんかけ煮	ふかし芋
6	火 おかゆ 煮込みハンバーグ(鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐) みそ汁(大根・人参・白菜) 煮りんご(りんご)	軟飯 煮込みハンバーグ みそ汁 煮りんご	米粉 マフィン
7	水 おかゆ ミネストローネ(鶏ささみ・じゃが芋・人参・玉ねぎ・トマト) 豆腐のしらすあん(豆腐・白菜・しらす)	軟飯 ミネストローネ 豆腐のしらすあん	ヨーグルト
8	木 おかゆ 白身魚のみそ煮(白身魚) 豆乳シチュー(じゃが芋・玉ねぎ・人参・クリームコーン)	軟飯 白身魚のみそ煮 豆乳シチュー	かぼちゃ 小豆 ケーキ
9	金 おかゆ 鶏団子スープ(鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐・人参・ブロッコリー) さつまいもサラダ(さつまいも・きゅうり・人参)	軟飯 鶏団子スープ さつまいもサラダ	りんご ゼリー
10	土 スープスパゲティ(スパゲティ・しらす・小松菜・玉ねぎ) パナナ	スープスパゲティ パナナ	
12	月 おかゆ 大根のそぼろ煮(鶏ひき肉・大根・人参・玉ねぎ・ブロッコリー) しらすあんかけ(しらす・きゅうり・人参)	軟飯 大根のそぼろ煮 しらすあんかけ	スイート ポテト
13	火 おかゆ 白身魚のコンクリーム煮(白身魚・玉ねぎ・クリームコーン・小松菜) みそ汁(大根・人参・鮎)	軟飯 白身魚のコンクリーム煮 みそ汁	バナナ
14	水 おかゆ 鶏団子煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・なす) ポテトスープ(白菜・人参・じゃが芋)	軟飯 鶏団子煮 ポテトスープ	りんご ヨーグルト
15	木 おかゆ 大豆の燗煮(大豆・ひじき・じゃが芋・人参) 豆腐のおかかあんかけ(豆腐・キャベツ・人参) パナナ	軟飯 大豆の燗煮 豆腐のおかかあんかけ パナナ	せんべい
16	金 おかゆ 肉じゃが(鶏ささみ・人参・玉ねぎ・じゃが芋) わかめスープ(豆腐・わかめ・玉ねぎ) 煮りんご(りんご)	軟飯 肉じゃが わかめスープ 煮りんご	食パン
17	土 煮込みうどん(うどん・鶏ひき肉・人参・ブロッコリー) 煮野菜(さつまいも)	煮込みうどん 煮野菜	
19	月	敬老の日	
20	火 おかゆ 白身魚の炊き合わせ(白身魚・大根・小松菜) さつまいものみそ汁(さつまいも・玉ねぎ・人参)	軟飯 白身魚の炊き合わせ さつまいものみそ汁	ウエハース
21	水 おかゆ 鶏団子の豆乳スープ(鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐・人参・キャベツ) しらすのやわらか煮(しらす・ブロッコリー・人参)	軟飯 鶏団子の豆乳スープ しらすのやわらか煮	バナナ
22	木 おかゆ そぼろ煮(鶏ひき肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・小松菜) 豆腐のおかか煮(豆腐・人参・キャベツ)	軟飯 そぼろ煮 豆腐のおかか煮	せんべい
23	金	秋分の日	
24	土 スープスパゲティ(スパゲティ・わかめ・シラス・ブロッコリー) ヨーグルト	スープスパゲティ ヨーグルト	
26	月 食パン 豆乳シチュー(鶏ひき肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・ブロッコリー) トマトのやわらか煮(トマト・きゅうり・わかめ)	食パン 豆乳シチュー トマトのやわらか煮	輪敷
27	火 おかゆ 江戸っ子煮(大豆・人参・玉ねぎ・高野豆腐・ブロッコリー) かぼちゃサラダ(かぼちゃ・きゅうり・人参)	軟飯 江戸っ子煮 かぼちゃサラダ	スイート ポテト
28	水 おかゆ マーボー豆腐(豆腐・鶏ひき肉・人参・玉ねぎ・白菜) やわらか煮(きゅうり・人参・しらす)	軟飯 マーボー豆腐 やわらか煮	ウエハース
29	木 おかゆ 煮魚(白身魚) 煮野菜(人参・きゅうり) みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ・わかめ)	軟飯 煮魚 煮野菜 みそ汁	せんべい
30	金 おかゆ ポトフ(鶏ささみ・じゃが芋・人参・玉ねぎ・ブロッコリー) おろし和え(きゅうり・人参・りんご) パナナ	軟飯 ポトフ おろし和え パナナ	米粉 蒸しパン