

もぐもぐ☆かみかみだより 9月

		もぐもぐ(7・8ヶ月)	かみかみ(9～11ヶ月)	かみ食 おやつ
1	火	パン さつま芋グラタン(さつま芋 玉ねぎ 鶏肉) 野菜スープ(人参 玉ねぎ チンゲン菜)	パン さつま芋グラタン 野菜スープ	せんべい
2	水	おかゆ 魚のあんかけ煮(白身魚 人参 きゅうり 玉ねぎ) みそ汁(かぼちゃ 玉ねぎ)	軟飯 魚のあんかけ煮 みそ汁	マフィン
3	木	おかゆ マーボー豆腐(豆腐 鶏ひき肉 ねぎ ピーマン 人参) ポテトサラダ(じゃが芋 きゅうり 人参 チーズ)	軟飯 マーボー豆腐 ポテトサラダ	ビスケット
4	金	おかゆ ささ身のあんかけ煮(ささ身 わかめ きゅうり 人参) みそ汁(さつま芋 玉ねぎ)	軟飯 ささ身のあんかけ煮 みそ汁	レーズン 蒸しパン
5	土	煮込みうどん(うどん 玉ねぎ 人参 ふ)	煮込みうどん	
7	月	おかゆ みそ汁(じゃが芋 わかめ 玉ねぎ 人参) 魚の野菜あんかけ煮(白身魚 玉ねぎ 人参 ブロccoli)	軟飯 魚の野菜あんかけ煮 みそ汁	スイート ポテト
8	火	おかゆ 豆腐のあんかけ煮(豆腐 玉ねぎ 小松菜 じゃが芋) やわらか煮(キャベツ 人参)	軟飯 豆腐のあんかけ煮 やわらか煮	ビスケット
9	水	おかゆ とうがん煮(とうがん 人参 いんげん ふ) ポテトサラダ(じゃが芋 人参 きゅうり チーズ)	軟飯 とうがん煮 ポテトサラダ	パン
10	木	おかゆ あんかけ煮(とり肉 人参 玉ねぎ じゃが芋) やわらか煮(ブロッコリー キャベツ 人参)	軟飯 あんかけ煮 やわらか煮	せんべい
11	金	おかゆ ふの煮物(大豆 人参 じゃが芋 ふ) しらすのあんかけ煮(しらす キャベツ 人参 きゅうり)	軟飯 ふの煮物 しらすのあんかけ煮	ふかし芋
12	土	煮込みうどん(うどん 人参 チンゲン菜 ふ)	煮込みうどん	
14	月	おかゆ そぼろ煮(鶏ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 小松菜) かぼちゃの煮物(かぼちゃ)	軟飯 そぼろ煮 かぼちゃの煮物	きなこ 蒸しパン
15	火	おかゆ とうがんスープ(冬瓜 人参 玉ねぎ ふ) 納豆和え(納豆 人参 小松菜)	軟飯 とうがんスープ 納豆和え	ステック ケーキ
16	水	おかゆ おやき(じゃが芋 玉ねぎ 人参 チーズ) みそ汁(キャベツ 人参 わかめ じゃが芋)	軟飯 おやき みそ汁	ビスケット
17	木	おかゆ 肉団子スープ(鶏ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋) ミルク煮(キャベツ 人参 チーズ)	軟飯 肉団子スープ ミルク煮	マフィン
18	金	おかゆ 魚の野菜あんかけ煮(白身魚 キャベツ 人参) みそ汁(小松菜 人参 じゃが芋)	軟飯 魚のあんかけ煮 みそ汁	パン
19	土	おかゆ 野菜のあんかけ煮(鶏肉 人参 玉ねぎ じゃが芋)	軟飯 野菜のあんかけ煮	
23	水	おかゆ かぼちゃの煮物(かぼちゃ) みそ汁(人参 豆腐 そうめん)	軟飯 かぼちゃの煮物 みそ汁	せんべい
24	木	おかゆ しらすのあんかけ煮(しらす ブロccoli 人参) 肉団子スープ(鶏ひき肉 人参 わかめ 玉ねぎ)	軟飯 しらすのあんかけ煮 肉団子スープ	ビスケット
25	金	おかゆ 魚のあんかけ煮(白身魚 玉ねぎ 人参) みそ汁(大根 人参 じゃが芋 ふ)	軟飯 魚のあんかけ煮 みそ汁	ステック ケーキ
26	土	煮込みうどん(うどん 人参 白菜 わかめ)	煮込みうどん	
28	月	おかゆ やわらか煮(キャベツ きゅうり 人参) ふの煮物(ふ 豆腐 ねぎ 人参)	軟飯 やわらか煮 ふの煮物	おに まんじゅう
29	火	おかゆ すまし汁(大根 人参 豆腐 ふ) ポテトサラダ(じゃが芋 きゅうり にんじん)	軟飯 すまし汁 ポテトサラダ	パン
30	水	おかゆ さつまいもポターージュ(さつま芋 玉ねぎ) やわらか煮(鶏肉 キャベツ 人参)	軟飯 さつまいもポターージュ やわらか煮	せんべい