

2022年9月

## 離乳食献立表 後期～完了

みどりの森保育園

日	曜	カミカミ期 (9～11か月)	パクパク期 (12～14か月)	午前おやつ
				午後おやつ
1	木	軟飯 豚汁 バナナ	ご飯 豚汁 バナナ	りんご
				ふかし芋
2	金	軟飯 キャベツ、万ネギ、エノキの味噌汁 いんげん、人参、豚肉煮 さつま芋煮 切り干し大根煮 みかん	ご飯 キャベツ、万ネギ、エノキの味噌汁 いんげん、人参、豚肉煮 さつま芋煮 切り干し大根煮 みかん	バナナ
				ホットケーキ
3	土	ツナトマトスパゲッティ きゅうり、にんじん、コーン煮 切干大根スープ 梨	ツナトマトスパゲッティ きゅうり、にんじん、コーン煮 切干大根スープ 梨	ハイハイ
				ツナ雑炊
5	月	軟飯 キノコのおんかけ汁 鶏肉、蓮根、さつま芋煮 ほうれん草、コーン、人参煮 オレンジ	ご飯 キノコのおんかけ汁 鶏肉、蓮根、さつま芋煮 ほうれん草、コーン、人参煮 オレンジ	りんご
				シュガートースト
6 20	火	チーズトースト ツナ、ピーマン、玉ねぎ煮 コーン、玉葱のスープ ブロッコリー、玉ねぎ煮 りんご	チーズトースト ツナ、ピーマン、玉ねぎ煮 コーン、玉葱のスープ ブロッコリー、玉ねぎ煮 りんご	バナナ
				野菜雑炊
7 21	水	軟飯 豆腐とわかめの澄まし汁 鶏の照り煮 大根、きゅうり煮 オレンジ	ご飯 豆腐とわかめの澄まし汁 鶏の照り煮 大根、きゅうり煮 オレンジ	梨
				じゃが芋茶巾
8 22	木	ミートソーススパゲッティ レタス、エノキのスープ じゃが芋、玉ねぎ煮 バナナ	ミートソーススパゲッティ レタス、エノキのスープ じゃが芋、玉ねぎ煮 バナナ	りんご
				豆乳グルト入り米粉 ホットケーキ
9	金	軟飯 玉葱、南瓜の味噌汁 鮭の味噌煮 蓮根、人参煮 きゅうり煮 オレンジ	ご飯 玉葱、南瓜の味噌汁 鮭の味噌煮 蓮根、人参煮 きゅうり煮 オレンジ	バナナ
				さつま芋茶巾
10 24	土	煮込みうどん じゃが芋、コーン煮 オレンジ	煮込みうどん じゃが芋、コーン煮 オレンジ	ハイハイ
				野菜雑炊
12 26	月	軟飯 オレンジ ほうれん草、人参、もやしの味噌汁 煮魚 大根と豚肉煮	ご飯 オレンジ ほうれん草、人参、もやしの味噌汁 煮魚 大根と豚肉煮	ふかし芋
				りんごの米粉ホットケ
13 27	火	トースト キャベツ、人参、きゅうり煮 梨 人参、キャベツ、玉葱のスープ 豚肉、人参、ひよこ豆、玉ねぎ煮	トースト キャベツ、人参、きゅうり煮 人参、キャベツ、玉葱のスープ 梨 豚肉、人参、ひよこ豆、玉ねぎ煮	バナナ
				米粉蒸しパン
14 28	水	あんかけ軟飯 キャベツ、鶏肉のスープ モヤシ、小松菜、人参煮 オレンジ	あんかけご飯 キャベツ、鶏肉のスープ モヤシ、小松菜、人参煮 オレンジ	りんご
				シュガートースト
15 29	木	煮込みうどん バナナ さつま芋、鶏肉煮	煮込みうどん バナナ さつま芋、鶏肉煮	りんご
				肉雑炊
16	金	軟飯 じゃが芋、玉ねぎの味噌汁 カジキのケチャップ煮 モヤシ、ほうれん草、人参煮 オレンジ	ご飯 じゃが芋、玉ねぎの味噌汁 カジキのケチャップ煮 モヤシ、ほうれん草、人参煮 オレンジ	バナナ
				さつま芋の米粉蒸しパ
17	土	あんかけ軟飯 白菜、ワカメ、エノキのスープ ブロッコリー煮 梨	あんかけご飯 白菜、ワカメ、エノキのスープ ブロッコリー煮 梨	ハイハイ
				チーズトースト
30	金	軟飯 わかめ、もやしの味噌汁 豚肉、万ネギ煮 ごぼう、れんこん、人参、ツナ煮 梨	ご飯 わかめ、もやしの味噌汁 豚肉、万ネギ煮 ごぼう、れんこん、人参、ツナ煮 梨	バナナ
				オレンジゼリー ハイ

☆形状は月齢 ☆形状は月齢に合わせています。材料の都合上献立が変更になる場合があります。

2022年9月

## 離乳食献立表（大麦・小麦・卵・乳除去）

みどりの森保育園

日	曜	パクパク期（12～14か月）	除去献立	午前おやつ	午前おやつ
				午後おやつ（一般）	午後おやつ（除去）
1	木	ご飯 豚汁 バナナ	ご飯 豚汁 バナナ	りんご	りんご
				ふかし芋	ふかし芋
2	金	ご飯 キャベツ、万ネギ、エノキの味噌汁 いんげん、人参、豚肉煮 さつま芋煮 切り干し大根煮 みかん	ご飯 キャベツ、万ネギ、エノキの味噌汁 いんげん、人参、豚肉煮 さつま芋煮 切り干し大根煮 みかん	バナナ	バナナ
				ホットケーキ	※野菜雑炊
3	土	ツナトマトスパゲッティ きゅうり、にんじん、コーン煮 切干大根スープ 梨	※ご飯 ※ツナ、しめじ、玉ねぎ煮 きゅうり、にんじん、コーン煮 梨	ハイハイン	ハイハイン
				ツナ雑炊	ツナ雑炊
5	月	ご飯 キノコのおんかけ汁 鶏肉、蓮根、さつま芋煮 ほうれん草、コーン、人参煮 オレンジ	ご飯 キノコのおんかけ汁 鶏肉、蓮根、さつま芋煮 ほうれん草、コーン、人参煮 オレンジ	りんご	りんご
				シュガートースト	※コーン雑炊
6 20	火	チーズトースト ツナ、ピーマン、玉ねぎ煮 コーン、玉葱のスープ ブロッコリー、玉ねぎ煮 りんご	※ご飯 ※ツナ、ピーマン、玉ねぎ煮 コーン、玉葱のスープ ブロッコリー、玉ねぎ煮 りんご	バナナ	バナナ
				野菜雑炊	野菜雑炊
7 21	水	ご飯 豆腐とわかめの澄まし汁 鶏の照り煮 大根、きゅうり煮 オレンジ	ご飯 豆腐とわかめの澄まし汁 鶏の照り煮 大根、きゅうり煮 オレンジ	梨	梨
				じゃが芋茶巾	じゃが芋茶巾
8 22	木	ミートソーススパゲッティ レタス、エノキのスープ じゃが芋、玉ねぎ煮 バナナ	※ご飯 ※豚肉、玉ねぎ、人参煮 レタス、エノキのスープ じゃが芋、玉ねぎ煮 バナナ	りんご	りんご
				豆乳グルト入り米粉 ホットケーキ	豆乳グルト入り米 粉ホットケーキ
9	金	ご飯 玉葱、南瓜の味噌汁 鮭の味噌煮 蓮根、人参煮 きゅうり煮 オレンジ	ご飯 玉葱、南瓜の味噌汁 鮭の味噌煮 蓮根、人参煮 きゅうり煮 オレンジ	バナナ	バナナ
				さつま芋茶巾	さつま芋茶巾
10 24	土	煮込みうどん じゃが芋、コーン煮 オレンジ	※ご飯 ※豚肉、大根、人参煮 じゃが芋、コーン煮 オレンジ	ハイハイン	ハイハイン
				野菜雑炊	野菜雑炊
12 26	月	ご飯 オレンジ ほうれん草、人参、もやしの味噌汁 煮魚 大根と豚肉煮	ご飯 オレンジ ほうれん草、人参、もやしの味噌汁 煮魚 大根と豚肉煮	ふかし芋	ふかし芋
				りんごの米粉ホット ケーキ	りんごの米粉ホッ トケーキ
13 27	火	トースト キャベツ、人参、きゅうり煮 人参、キャベツ、玉葱のスープ 梨 豚肉、人参、ひよこ豆、玉ねぎ煮	※ご飯 キャベツ、人参、きゅうり煮 人参、キャベツ、玉葱のスープ 豚肉、人参、ひよこ豆、玉ねぎ煮	バナナ	バナナ
				米粉蒸しパン	米粉蒸しパン
14 28	水	あんかけご飯 キャベツ、鶏肉のスープ モヤシ、小松菜、人参煮 オレンジ	あんかけご飯 キャベツ、鶏肉のスープ モヤシ、小松菜、人参煮 オレンジ	りんご	りんご
				シュガートースト	※じゃこ雑炊
..		煮込みうどん バナナ	※ご飯 ※豚肉、キャベツ、人参煮 バナナ	りんご	りんご

15 29	木	さつま芋、鶏肉煮	さつま芋、鶏肉煮	肉雑炊	肉雑炊
16	金	ご飯 ジャガイモ、玉ねぎの味噌汁	ご飯 ジャガイモ、玉ねぎの味噌汁	バナナ	バナナ
		カジキのケチャップ煮 モヤシ、ほうれん草、人参煮 オレンジ	カジキのケチャップ煮 モヤシ、ほうれん草、人参煮 オレンジ	さつま芋の米粉蒸し パン	さつま芋の米粉蒸し パン
17	土	あんかけご飯	あんかけご飯	ハイハイン	ハイハイン
		白菜、ワカメ、エノキのスープ ブロッコリー煮 梨	白菜、ワカメ、エノキのスープ ブロッコリー煮 梨	チーズトースト	※じゃこ雑炊
30	金	ご飯 わかめ、もやしの味噌汁	ご飯 わかめ、もやしの味噌汁	バナナ	バナナ
		豚肉、万ネギ煮 ごぼう、れんこん、人参、ツナ煮 梨	豚肉、万ネギ煮 ごぼう、れんこん、人参、ツナ煮 梨	オレンジゼリー ハイハイン	オレンジゼリー ハイハイン

☆形状は月齢に合わせています。材料の都合上献立が変更になる場合があります。