



2020年度 9月 離乳食予定献立表



	献立 (1歳以上)	7~8ヶ月頃	9~11ヶ月頃	12~18か月(移行食)
		みじん切り→あらみじん	あらみじん、サイコロ状	咀嚼力に合わせて
月 14 28 ～	ごはん (きのこ入り鶏つくね (酒、塩、しょうゆ、みりん) 大根ときゅうりの和風サラ (ポン酢) おみそ汁 (にぼし、みそ)	全粥 鶏団子の煮物 大根と小松菜の煮物 さつまいもの含め煮 野菜スティック おみそ汁 (昆布、みそ)	ごはん/軟飯 鶏団子の煮物 大根と小松菜の煮物 さつまいもの含め煮 野菜スティック おみそ汁 (にぼし、みそ)	ごはん きのこ入りつくね 大根と小松菜の煮物 さつまいもの含め煮 野菜スティック おみそ汁 (にぼし、みそ)
	さつまいもスティック (みりん、酒)	なし	ふかししいも	ふかししいも
火 1 15 29 ～	ごはん 鶏手羽元のゆかり焼き つるむらさきのごまあえ (しょうゆ) おみそ汁(にぼし、みそ)	全粥 鶏肉の煮物 つるむらさきのおひたし じゃがいもの含め煮 野菜スティック おみそ汁 (昆布、みそ)	ごはん/軟飯 鶏肉のゆかり焼き つるむらさきのおひたし じゃがいもの含め煮 野菜スティック おみそ汁 (にぼし、みそ)	ごはん 手羽中のゆかり焼き つるむらさきのおひたし じゃがいもの含め煮 野菜スティック おみそ汁 (にぼし、みそ)
	きなこトースト(塩)	なし	トースト	きなこトースト
水 2 16 ～	ごはん 厚揚げの南蛮漬け (出汁、しょうゆ、酢、みりん) 豚汁 (にぼし、みそ)	全粥 豆腐の含め煮 かぼちゃの煮物 キャベツのおひたし 野菜スティック おみそ汁 (昆布、みそ)	ごはん/軟飯 豆腐の含め煮 かぼちゃの煮物 キャベツのおひたし 野菜スティック 豚汁 (にぼし、みそ)	ごはん 厚揚げの煮物 かぼちゃの煮物 キャベツのおひたし 野菜スティック 豚汁 (にぼし、みそ)
	りんごとおからのケーキ (B.P)	なし	りんごとおからのケーキ (バター、牛乳)	りんごとおからのケーキ
木 3 17 ～	ごはん 煮魚 (酒、しょうゆ、みりん、出汁) 小松菜の白和え (白みそ、うす口) すまし汁 (かつお、昆布、薄口、酒)	全粥 白身魚の煮つけ 小松菜と豆腐の和え物 さつまいもの含め煮 野菜スティック すまし汁 (昆布)	ごはん/軟飯 魚の煮つけ 小松菜と豆腐の和え物 さつまいもの含め煮 野菜スティック すまし汁 (かつお、昆布)	ごはん 魚の煮つけ 小松菜の白和え さつまいもの含め煮 野菜スティック すまし汁 (かつお、昆布)
	梅干しおにぎり	なし	梅おにぎり	梅おにぎり
金 4 18 ～	豚肉となすの甘辛丼 (しょうゆ、酒、みりん) 豆もやしのナムル (酢、塩、しょうゆ) おみそ汁(にぼし、みそ)	全粥 ささみの煮物 もやしのおひたし かぼちゃの煮物 野菜スティック おみそ汁 (昆布、みそ)	ごはん/軟飯 豚肉となすの炒め煮 もやしのおひたし かぼちゃの煮物 野菜スティック おみそ汁 (にぼし、みそ)	豚肉となすの甘辛丼 もやしのおひたし かぼちゃの煮物 野菜スティック おみそ汁 (にぼし、みそ)
	クロックムッシュ		トースト	チーズトースト
土 5 19 ～	きのことツナの和風スパゲティ (塩、しょうゆ) 野菜とウインナーのスープ (コンソメ、塩)	全粥 豆腐の含め煮 さつまいもの含め煮 キャベツのおひたし 野菜スティック 野菜スープ	ごはん/軟飯 豆腐の含め煮 さつまいもの含め煮 キャベツのおひたし 野菜スティック 野菜スープ	きのことツナの和風スパゲティ さつまいもの含め煮 キャベツのおひたし 野菜スティック 野菜スープ
	市販菓子 or パン	なし	市販菓子	市販菓子

<防災の日メニュー>

木 10 ～	きのこごはん(非常食) or ひじきごはん(非常食) トマト肉じゃが (うす口、塩) おみそ汁 (にぼし、みそ)	全粥 じゃがいもの含め煮 ささみとトマトの煮物 キャベツのおひたし 野菜スティック おみそ汁(昆布、みそ)	ごはん/軟飯 豚肉のトマト煮 じゃがいもの含め煮 キャベツのおひたし 野菜スティック おみそ汁 (にぼし、みそ)	ごはん トマト肉じゃが(豚肉) キャベツのおひたし 野菜スティック おみそ汁 (にぼし、みそ)
	市販菓子(非常食)	なし	市販菓子	市販菓子



7ヶ月頃から、こどもたちの姿に合わせて、朝のおやつ(ハイハイン1枚程度とお茶)があります。

*おやつには、牛乳と、季節の果物がつきます。

	献立 (1歳以上)	7~8ヶ月頃	9~11ヶ月頃	12~18か月(移行食)
		みじん切り→あらみじん	あらみじん、サイコロ状	咀嚼力に合わせて
月 7 ～	ジャージャー麺 (赤みそ、しょうゆ、とりがら)	全粥 ささみともやしの煮物 チンゲン菜のおひたし じゃがいもの含め煮 野菜スティック 野菜スープ	もやしと豚肉のあんかけ丼 チンゲン菜のおひたし じゃがいもの含め煮 野菜スティック 野菜スープ	もやしと豚肉のあんかけ麺 チンゲン菜のおひたし じゃがいもの含め煮 野菜スティック 野菜スープ
	黒豆蒸しパン(B.P)	なし	きなこ蒸しパン (牛乳、小麦粉、サラダ油、三温糖)	きなこ蒸しパン
火 8 ～	ごはん 鮭と豆腐のコロッケ(塩) ほうれん草ときのこのポン酢和 (ポン酢) おみそ汁 (にぼし、みそ)	全粥 鮭の煮つけ ほうれん草と豆腐の和え物 さつまいもの含め煮 野菜スティック おみそ汁 (昆布、みそ)	軟飯/ごはん 鮭の塩焼き ほうれん草と豆腐の和え物 さつまいもの含め煮 野菜スティック おみそ汁 (にぼし、みそ)	ごはん 鮭と豆腐のコロッケ ほうれん草ときのこのポン酢和え 野菜スティック おみそ汁 (にぼし、みそ)
	かぼちゃようかん	なし	ふかしかぼちゃ	かぼちゃようかん
水 9 23 ～	さつまいもごはん(塩) 鶏肉のにんにく醤油照焼き (しょうゆ、みりん、酒) きゅうりとじゃこの酢の物 (酢、塩、しょうゆ) おみそ汁(にぼし、みそ)	全粥 鶏肉の煮物 小松菜のおひたし かぼちゃの煮物 野菜スティック おみそ汁 (昆布、みそ)	軟飯/ごはん 鶏肉の照り焼き かぼちゃの煮物 小松菜のおひたし 野菜スティック おみそ汁 (にぼし、みそ)	ごはん 鶏肉の照り焼き かぼちゃの煮物 小松菜のおひたし 野菜スティック おみそ汁 (にぼし、みそ)
	にらのチヂミ	なし	にらのチヂミ	にらのチヂミ
木 24 ～	ごはん 魚の塩焼き(塩) 高野豆腐の煮物 (だし、薄口、みりん、酒) 鶏団子のきのこ汁 (かつお、昆布、薄口、酒、塩)	全粥 魚の煮つけ 高野豆腐となすの煮物 鶏団子のすまし汁 (昆布) 野菜スティック	軟飯/ごはん 魚の塩焼き 高野豆腐となすの煮物 鶏団子のすまし汁 (かつお、昆布) 野菜スティック	ごはん 魚の塩焼き 高野豆腐となすの煮物 鶏団子のすまし汁 (かつお、昆布) 野菜スティック
	あべかわマカロニ	なし	あべかわマカロニ	あべかわマカロニ
金 11 25 ～	フランスパン かぼちゃのグラタン (コンソメ、塩) 豆腐のスープ (コンソメ、塩)	全粥 かぼちゃと鶏肉のミルク煮 キャベツの和え物 野菜スティック 野菜スープ	フランスパン かぼちゃグラタン (かぼちゃ、牛乳、バター、鶏肉) たまねぎ、パン粉) キャベツの和え物 野菜スティック 野菜スープ	フランスパン かぼちゃグラタン (かぼちゃ、牛乳、バター、鶏肉) たまねぎ、パン粉) キャベツの和え物 野菜スティック 野菜スープ
	ゆかりおにぎり	なし	おにぎり	おにぎり
土 12 26 ～	豚飯(しょうゆ) チンゲン菜スープ (とりがら、塩)	全粥 ささみの煮物 小松菜のおひたし じゃがいもの含め煮 野菜スティック 野菜スープ	豚飯 (ごはん、たまねぎ、にんじん、 干しいたけ、にんじん) じゃがいもの含め煮 小松菜のおひたし 野菜スープ	豚飯 (ごはん、たまねぎ、にんじん、 干しいたけ、にんじん) じゃがいもの含め煮 小松菜のおひたし 野菜スープ
	市販菓子 or パン	なし	パン	パン

<誕生会メニュー>

*おやつには、牛乳と旬の果物がつきます。

水 30 ～	お楽しみおにぎり 鶏肉のパン粉焼き(塩) 豆腐とトマトのきのこマリネ (酢、塩) ペーコンとオクラのスープ (コンソメ、塩)	全粥 鶏もも肉のトマト煮 キャベツのおひたし かぼちゃの煮物 野菜スティック 野菜スープ	軟飯/ごはん 鶏もも肉のトマト煮 キャベツのおひたし かぼちゃの煮物 野菜スティック 野菜スープ	ごはん 鶏肉のパン粉焼き 豆腐とキャベツの和え物 かぼちゃの煮物 野菜スティック 野菜スープ
	ぶどうのホットケーキ(B.P)	なし	ホットケーキ (小麦粉、牛乳、砂糖、サラダ油)	ホットケーキ

