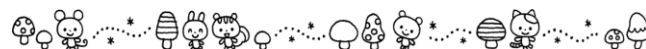


9月献立予定表 (5才~完了期およそ1才~1才半)



令和6年度

| 日 | 献立 | 赤 身体をつくる | 黄 力や体温となる | 緑 調子を整える | おやつ |
|------------|---|--|---|--|----------------------|
| 2日 (月) | ごはん 肉団子の照り焼き ポテトサラダ 小松菜の味噌汁 ブロッコリー チーズ | 鶏ミンチ ハム 豆腐 油揚げ 味噌 チーズ・じゃこ | 米+米粒麦 胚芽米 パン粉 じゃがいも マヨネーズ 市販品 | きゅうり 人参 小松菜 ブロッコリー | 市販品 |
| 3日 (火) | 冷やし中華 おにぎり(ゆかり) なし チーズ | ハム 卵 チーズ・じゃこ 豆腐(豆腐ドーナツ) | 中華麺 米+ピタパアレー 胚芽米 ホットケーキミックス (豆腐ドーナツ) | きゅうり トマト ゆかり なし | ★豆腐 ドーナツ |
| 4日 (水) | ひじき寿司 豚汁 チーズ | しらす・卵 高野豆腐・ちくわ 豚肉・豆腐・油揚げ 味噌・チーズ・じゃこ | 米 つきこんにゃく ミルクパン | 人参・ひじき しいたけ・たけのこ ごぼう・白菜 大根・青ねぎ | ミルクパン |
| 5日 (木) | ごはん チキンカツ きゅうりのしょうゆ漬け えのきと卵のスープ ブロッコリー チーズ | 鶏肉 卵 チーズ じゃこ 牛乳 (ハバロア) | 米+押し麦 胚芽米 パン粉 ケチャップ マヨネーズ | きゅうり 人参 えのき 青ねぎ ブロッコリー ハバロアの素(ハバロア) | ハバロア |
| 6日 (金) | ごはん サケの塩焼き 焼きビーフン ごぼうの味噌汁 ブロッコリー・チーズ | サケ 豚肉 豆腐 味噌 チーズ・じゃこ | 米+米粒麦 胚芽米 マヨネーズ じゃがいも (フライドポテト) | 人参 玉ねぎ ピーマン ごぼう・東京ねぎ ブロッコリー | フライド ポテト |
| 7日 (土) | ごはん 三色そぼろ丼 玉ねぎの味噌汁 チーズ | 合いびきミンチ・卵 油揚げ 味噌 チーズ・じゃこ | 米+ピタパアレー 胚芽米 ごま | ほうれん草 玉ねぎ わかめ バナナ | バナナ |
| 9日 (月) | ごはん 鶏肉の照り焼き さつまいものサラダ 野菜の味噌汁 ブロッコリー・チーズ | 鶏肉 油揚げ 味噌 チーズ じゃこ | 米+押し麦 胚芽米 さつまいも マヨネーズ 市販品 | きゅうり 小松菜 人参 東京ねぎ ブロッコリー | 市販品 |
| 10日 (火) | 牛丼 豆腐とわかめの味噌汁 バナナ チーズ | 牛肉 豆腐・油揚げ・味噌 チーズ・じゃこ 牛乳・卵・ウインナー (ウインナーパン) | 米+米粒麦 胚芽米 ホットケーキミックス (ウインナーパン) | 人参 玉ねぎ 青ねぎ わかめ バナナ | ★ウインナー パン |
| 11日 (水) | ごはん ささみのレモン煮 野菜のごま和え きのこのスープ ブロッコリー・チーズ | ささみ チーズ じゃこ | 米+ピタパアレー 胚芽米 ごま マヨネーズ ワッフル | レモン・ブロッコリー もやし・人参 えのき・ほうれん草 玉ねぎ・青ねぎ しいたけ・エリンギ | ワッフル |
| 12日 (木) | ごはん 小松菜と豚肉の甘辛炒め だし巻き卵 かぼちゃの味噌汁 ブロッコリー・チーズ | 豚肉 卵 油揚げ 味噌 チーズ・じゃこ | 米+押し麦 胚芽米 マヨネーズ | 小松菜・人参・えのき かぼちゃ・玉ねぎ・青ねぎ ブロッコリー バナナ・みかん缶 もも缶(フルーツポンチ) | フルーツ ポンチ |
| 13日 (金) | ごはん アジの甘辛揚げ 冷しゃぶサラダ さつまいもの味噌汁 ブロッコリー チーズ | アジ 豚肉 油揚げ・味噌 チーズ・じゃこ チーズ 牛乳 (いちこのスティックケーキ) | 米+米粒麦 胚芽米 ごま・マヨネーズ さつまいも 米粉 (いちこのスティックケーキ) | レタス・大根 きゅうり・人参 ごぼう・東京ねぎ ブロッコリー いちご (いちこのスティックケーキ) | いちこの スティック ケーキ |
| 14日 (土) | カレーピラフ キャベツと卵のスープ りんご チーズ | ベーコン キャベツ チーズ じゃこ | 米+ピタパアレー 胚芽米 | 人参・玉ねぎ ピーマン・コーン キャベツ りんご・寒天ゼリー | 寒天ゼリー |

| 日 | 献立 | 赤 身体をつくる | 黄 力や体温となる | 緑 調子を整える | おやつ |
|------------|---|--|---|--|---------------------|
| 17日 (火) | お月見うどん おにぎり(わかめ) なし チーズ | 牛肉 卵 チーズ・じゃこ きなこ(きなこマカロニ) | うどん 米+押し麦 胚芽米 マカロニ(きなこマカロニ) | 人参 玉ねぎ わかめ なし | ★きなこ マカロニ |
| 18日 (水) | きのこたっぷり 炊き込みごはん さつまいもの天ぷら 豚肉となすの味噌汁 ブロッコリー チーズ | 鶏肉・ちくわ 油揚げ 豚肉 味噌 チーズ じゃこ | 米+米粒麦 胚芽米 つきこんにゃく さつまいも 天ぷら粉 マヨネーズ 市販品 | 人参・ごぼう たけのこ・しいたけ しめじ・エリンギ なす 玉ねぎ ブロッコリー | 市販品 |
| 19日 (木) | ごはん 豆腐ハンバーグ きんぴらごぼう にらともやしのスープ ブロッコリー チーズ | 合いびきミンチ 豆腐 牛肉 チーズ じゃこ | 米+ピタパアレー 胚芽米 つきこんにゃく ごま マヨネーズ じゃがいも(フライドポテト) | 人参・玉ねぎ ごぼう にら もやし えのき ブロッコリー | フライド ポテト |
| 20日 (金) | カレーライス 寒天ゼリー 麦芽豆乳 チーズ | 牛肉・豚肉 寒天ゼリー チーズ・じゃこ 牛乳・卵 (バナナケーキ) | 米+押し麦 胚芽米 じゃがいも ホットケーキミックス (バナナケーキ) | 人参 玉ねぎ 寒天ゼリー バナナ (バナナケーキ) | ★バナナ ケーキ |
| 21日 (土) | 焼き鳥丼 きのこの味噌汁 チーズ | 鶏肉 卵 味噌 チーズ・じゃこ | 米+米粒麦 胚芽米 ごま | 東京ねぎ・のり しいたけ・しめじ えのき・青ねぎ バナナ | バナナ |
| 24日 (火) | 塩ラーメン おにぎり(こんぶ・おかか) バナナ チーズ | 豚肉 かつおぶし チーズ・じゃこ 牛乳・卵(ココアの蒸しパン) | 中華麺 米+ピタパアレー 胚芽米 ホットケーキミックス (ココアの蒸しパン) | キャベツ・人参 もやし・コーン こんぶ バナナ | ★ココアの 蒸しパン |
| 25日 (水) | ごはん ソースカツ 切り干し大根の煮物 豆腐のかきたまスープ ブロッコリー チーズ | 豚肉 卵 油揚げ 豆腐 チーズ・じゃこ 豆乳(バナナスティックケーキ) | 米+押し麦 胚芽米 パン粉 ケチャップ マヨネーズ 米粉(バナナスティックケーキ) | 切り干し大根 人参 わかめ ブロッコリー バナナ (バナナスティックケーキ) | バナナ スティック ケーキ |
| 26日 (木) | のりたまごはん サバの煮付け マカロニサラダ 豚肉とキャベツの味噌汁 ブロッコリー チーズ | サバ ハム 豚肉 味噌 チーズ じゃこ | 米+米粒麦 胚芽米 マカロニ マヨネーズ じゃがいも (フライドポテト) | のりたま きゅうり 人参 コーン キャベツ ブロッコリー | フライド ポテト |
| 27日 (金) | ごはん 鶏のから揚げ じゃがいものそぼろ煮 野菜スープ ブロッコリー チーズ | 鶏肉 鶏ミンチ チーズ じゃこ 牛乳 (プリン) | 米+ピタパアレー 胚芽米 じゃがいも マヨネーズ | いんげん 人参・にら もやし 玉ねぎ ブロッコリー 寒天(プリン) | プリン |
| 28日 (土) | きのこチャーハン 具だくさんスープ りんご チーズ | 卵・ベーコン 鶏肉 チーズ じゃこ | 米+押し麦 胚芽米 | 人参・玉ねぎ・しいたけ エリンギ・しめじ・青ねぎ にら・もやし・りんご 寒天ゼリー | 寒天ゼリー |
| 30日 (月) | 焼きうどん おにぎり(青菜) 小松菜と卵の味噌汁 チーズ | 豚肉・かつおぶし 卵 味噌 チーズ・じゃこ | うどん・天かす 米+米粒麦 胚芽米 ミルクパン | 人参・玉ねぎ キャベツ 青菜 小松菜 | ミルクパン |

★マークのおやつは2~5歳児園舎でもでています。それ以外の2~5歳児園舎のおやつは市販品です

9月献立予定表（離乳食 前期およそ5カ月～6カ月）

令和6年度

| 日 | 献立 | 赤 身体をつくる | 黄 力や体温となる | 緑 調子を整える | おやつ |
|------------|---------------------------------|--------------|--------------|-----------------|------|
| 2日 (月) | 小松菜がゆ 豆腐と人参のトロ煮 | 豆腐 粉ミルク | 米 | 小松菜 人参 | 粉ミルク |
| 3日 (火) | 白身魚のおかゆ さつまいもとかぼちゃ のマッシュ | 白身魚 粉ミルク | 米 さつまいも | かぼちゃ | 粉ミルク |
| 4日 (水) | 白菜がゆ 豆腐と人参の煮つぶし | 豆腐 粉ミルク | 米 | 白菜 人参 | 粉ミルク |
| 5日 (木) | ほうれん草がゆ 高野豆腐とブロッコリー の煮びたし | 高野豆腐 粉ミルク | 米 | ほうれん草 ブロッコリー | 粉ミルク |
| 6日 (金) | ブロッコリーがゆ 豆腐とさつまいも のマッシュ | 豆腐 粉ミルク | 米 さつまいも | ブロッコリー | 粉ミルク |
| 7日 (土) | しらすがゆ ほうれん草と人参 のトロ煮 | しらす 粉ミルク | 米 | ほうれん草 人参 | 粉ミルク |
| 9日 (月) | 小松菜がゆ 白身魚と人参の煮つぶし | 白身魚 粉ミルク | 米 | 小松菜 人参 | 粉ミルク |
| 10日 (火) | 人参がゆ 豆腐とほうれん草 のトロ煮 | 豆腐 粉ミルク | 米 | 人参 ほうれん草 | 粉ミルク |
| 11日 (水) | 白身魚のおかゆ かぼちゃとブロッコリー のマッシュ | 白身魚 粉ミルク | 米 | かぼちゃ ブロッコリー | 粉ミルク |
| 12日 (木) | ブロッコリーがゆ 高野豆腐と小松菜 の煮びたし | 高野豆腐 粉ミルク | 米 | ブロッコリー 小松菜 | 粉ミルク |
| 13日 (金) | さつまいもがゆ 白身魚と大根のトロ煮 | 白身魚 粉ミルク | 米 さつまいも | 大根 | 粉ミルク |
| 14日 (土) | しらすがゆ キャベツと人参 の煮びたし | しらす 粉ミルク | 米 | キャベツ 人参 | 粉ミルク |

| 日 | 献立 | 赤 身体をつくる | 黄 力や体温となる | 緑 調子を整える | おやつ |
|------------|----------------------------------|--------------|--------------|----------------|------|
| 17日 (火) | しらすがゆ ほうれん草と人参 のトロ煮 | しらす 粉ミルク | 米 | ほうれん草 人参 | 粉ミルク |
| 18日 (水) | なすのおかゆ 麩とさつまいも のマッシュ | 麩 粉ミルク | 米 さつまいも | なす | 粉ミルク |
| 19日 (木) | ブロッコリーがゆ 豆腐と人参の煮つぶし | 豆腐 粉ミルク | 米 | ブロッコリー 人参 | 粉ミルク |
| 20日 (金) | 白身魚のおかゆ じゃがいもと人参 のマッシュ | 白身魚 粉ミルク | 米 じゃがいも | 人参 | 粉ミルク |
| 21日 (土) | しらすがゆ さつまいもとほうれん草 の煮つぶし | しらす 粉ミルク | 米 さつまいも | ほうれん草 | 粉ミルク |
| 24日 (火) | キャベツがゆ 白身魚と人参の煮つぶし | 白身魚 粉ミルク | 米 | キャベツ 人参 | 粉ミルク |
| 25日 (水) | 人参がゆ 豆腐とほうれん草 のトロ煮 | 豆腐 粉ミルク | 米 | 人参 ほうれん草 | 粉ミルク |
| 26日 (木) | ブロッコリーがゆ 白身魚とキャベツ の煮びたし | 白身魚 粉ミルク | 米 | ブロッコリー キャベツ | 粉ミルク |
| 27日 (金) | 白身魚のおかゆ じゃがいもとブロッコリー のマッシュ | 白身魚 粉ミルク | 米 じゃがいも | ブロッコリー | 粉ミルク |
| 28日 (土) | しらすがゆ ほうれん草と人参 の煮びたし | しらす 粉ミルク | 米 | ほうれん草 人参 | 粉ミルク |
| 30日 (月) | 小松菜がゆ 高野豆腐と人参のトロ煮 | 高野豆腐 粉ミルク | 米 | 小松菜 人参 | 粉ミルク |



〈お知らせ〉
♪新しい食材や離乳食の段階が上がった時は、
必ずご家庭で複数回食して安全を確認の上、
担任までご連絡下さい。



9月献立予定表（離乳食 中期・後期およそ9カ月～12カ月） 令和6年度

| 日 | 献立 | 赤 身体をつくる | 黄 力や体温となる | 緑 調子を整える | おやつ |
|------------|--|-----------------------------------|----------------------------------|---|---------------|
| 2日 (月) | 軟飯 肉団子の照り煮 ポテトサラダ 味噌汁 ゆでブロッコリー | 鶏ミンチ 調整豆乳 豆腐 味噌 | 米 じゃがいも ビスケット | 人参 きゅうり 小松菜 ブロッコリー | ビスケット |
| 3日 (火) | 冷やしうどん 軟飯 なし | シーチキン | うどん 米 ミルクパン | わかめ きゅうり なし | ミルクパン |
| 4日 (水) | ひじきの混ぜごはん 豚汁 チーズ | しらす・高野豆腐 豚肉・豆腐 味噌 チーズ | 米 さつまいも (りんごきんとん) | ひじき・人参 大根 白菜 りんご(りんごきんとん) | りんご きんとん |
| 5日 (木) | 軟飯 鶏肉のソテー きゅうりのごま和え 味噌汁 ゆでブロッコリー | 鶏肉 味噌 | 米 ごま | きゅうり ほうれん草 人参 ブロッコリー かぼちゃ(スイートかぼちゃ) | スイート かぼちゃ |
| 6日 (金) | 軟飯 サケのコーンあんかけ 野菜炒め 味噌汁 | サケ 豚肉 豆腐 味噌 | 米 さつまいも (さつまいものおやき) | コーン 玉ねぎ 人参 ブロッコリー | さつまいも のおやき |
| 7日 (土) | 三色丼 味噌汁 チーズ | 合いびきミンチ 味噌 チーズ | 米 赤ちゃんせんべい | 人参・ほうれん草 玉ねぎ わかめ | 赤ちゃん せんべい |
| 9日 (月) | 軟飯 鶏肉のトマト煮 さつまいものサラダ 味噌汁 | 鶏肉 味噌 | 米 ケチャップ さつまいも ビスケット | ブロッコリー 人参 きゅうり 小松菜 | ビスケット |
| 10日 (火) | 牛丼 味噌汁 バナナ チーズ | 牛肉 豆腐・味噌 チーズ 調整豆乳(バンケーキ) | 米 ホットケーキミックス (バンケーキ) | 玉ねぎ 人参 わかめ バナナ | バンケーキ |
| 11日 (水) | 軟飯 ささみのクリーム煮 野菜のごま和え かぼちゃのスープ | ささみ 調整豆乳 | 米 ごま さつまいも (りんごきんとん) | ブロッコリー もやし・人参 ほうれん草 かぼちゃ りんご(りんごきんとん) | りんご きんとん |
| 12日 (木) | 軟飯 小松菜と豚肉の炒め煮 かぼちゃの煮物 味噌汁 ゆでブロッコリー | 豚肉 味噌 | 米 | 小松菜・人参 かぼちゃ 玉ねぎ・わかめ ブロッコリー バナナ | バナナ |
| 13日 (金) | 軟飯 白身魚のあんかけ 大根サラダ 味噌汁 ゆでブロッコリー | 白身魚 味噌 調整豆乳 (蒸しパン) | 米 さつまいも 蒸しパンミックス (蒸しパン) | 大根 人参 きゅうり ブロッコリー | 蒸しパン |
| 14日 (土) | ツナピラフ キャベツのスープ 煮りんご チーズ | シーチキン チーズ | 米 赤ちゃんせんべい | 玉ねぎ 人参 キャベツ りんご | 赤ちゃん せんべい |
| 17日 (火) | 肉うどん 軟飯 なし | 牛肉 きなこ (きなこマカロニ) | うどん 米 マカロニ(きなこマカロニ) | 玉ねぎ 人参 なし 人参 玉ねぎ ブロッコリー | きなこ マカロニ |
| 18日 (水) | 炊き込みごはん さつまいものソテー 味噌汁 ゆでブロッコリー | 鶏肉 味噌 | 米 さつまいも ビスケット | 人参 なす 玉ねぎ ブロッコリー | ビスケット |

| 日 | 献立 | 赤 身体をつくる | 黄 力や体温となる | 緑 調子を整える | おやつ |
|------------|---|-----------------------------|------------------------------------|--|---------------|
| 19日 (木) | 軟飯 豆腐ハンバーグ にんじんのきんぴら もやしのスープ ゆでブロッコリー | 合いびきミンチ 豆腐 | 米 ごま | 玉ねぎ 人参 もやし ブロッコリー かぼちゃ(スイートかぼちゃ) | スイート かぼちゃ |
| 20日 (金) | 軟飯 肉じゃが ほうれん草とコーンの ソテー チーズ | 牛肉 チーズ | 米 じゃがいも | 玉ねぎ 人参 ほうれん草 コーン バナナ | バナナ |
| 21日 (土) | 鶏肉と野菜の あんかけ丼 味噌汁 チーズ | 鶏肉 味噌 チーズ | 米 さつまいも 赤ちゃんせんべい | ほうれん草 人参 | 赤ちゃん せんべい |
| 24日 (火) | 野菜うどん 軟飯 バナナ チーズ | 豚肉 チーズ 調整豆乳 (蒸しパン) | うどん 米 蒸しパンミックス (蒸しパン) | キャベツ・人参 もやし コーン バナナ | 蒸しパン |
| 25日 (水) | 軟飯 豚肉のケチャップ煮 切り干し大根の煮物 豆腐のスープ ゆでブロッコリー | 豚肉 豆腐 | 米 ケチャップ さつまいも (さつまいものおやき) | 切り干し大根 人参 わかめ ブロッコリー | さつまいも のおやき |
| 26日 (木) | 軟飯 白身魚の煮付け マカロニサラダ 味噌汁 ゆでブロッコリー | 白身魚 豚肉 味噌 | 米 マカロニ さつまいも (りんごきんとん) | きゅうり 人参 キャベツ ブロッコリー りんご(りんごきんとん) | りんご きんとん |
| 27日 (金) | 軟飯 鶏肉の和風あんかけ じゃがいものそぼろ煮 玉ねぎスープ ゆでブロッコリー | 鶏肉 鶏ミンチ | 米 じゃがいも | 玉ねぎ 人参 もやし ブロッコリー かぼちゃ(スイートかぼちゃ) | スイート かぼちゃ |
| 28日 (土) | やわらかチャーハン 具だくさんスープ 煮りんご | 鶏肉 | 米 赤ちゃんせんべい | 玉ねぎ・人参 コーン もやし・ほうれん草 りんご | 赤ちゃん せんべい |
| 30日 (月) | 和風焼きうどん 軟飯 味噌汁 チーズ | 豚肉 かつおぶし 味噌 チーズ | うどん 米 ミルクパン | キャベツ 玉ねぎ 人参 小松菜 | ミルクパン |

〈お知らせ〉

♪新しい食材や離乳食の段階が上がった時は、
必ずご家庭で複数回食して安全を確認の上、
担任までご連絡下さい。

