



9月幼児食予定献立表

令和元年

つぼみっ子保育園

日	曜日	おやつ	赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)	
2	月	ご飯 たり焼きチキン 果物 麩チャンプルー 白菜のみそ汁	モズク天ぷら 牛乳	鶏肉 卵 ツキアゲ もずく ツナ缶 牛乳	白米 車麩	コーン キャベツ もやし 人参 小松菜 白菜 しめじ ねぎ 果物
3	火	ご飯 鮭のみそマヨ焼き 果物 ジャーマンポテト 大根のみそ汁	ピザトースト 牛乳	鮭 ベーコン チーズ 牛乳	白米 じゃが芋 パン	ブロッコリー 玉ねぎ 人参 パセリ 大根 ピーマン ねぎ 果物
4	水	冷やし中華 コーンボール 果物 アーサ汁	鮭ワカメおにぎり 牛乳	ハム アーサ 鶏ミンチ 卵 鮭 わかめ 牛乳	白米 中華麺	胡瓜 トマト 長ネギ コーン ねぎ 果物
5	木	ゆかりご飯 ぎせい豆腐 果物 梅昆布甘酢あえ じゃが芋のみそ汁	ちんすこう 牛乳	木綿豆腐 鶏ミンチ 昆布 卵 牛乳	白米 ラード じゃが芋	椎茸 人参 きぬさや 白菜 胡瓜 玉ねぎ ねぎ 果物
6	金	ご飯 豚カツ 果物 もずく酢 ゆし豆腐	ブラウニー 牛乳	豚肉 もずく ゆし豆腐 卵 牛乳	白米	ブロッコリー コーン 胡瓜 ねぎ 果物
7	土	運動会				
9	月	麦ご飯 さんまのカレー揚げ 果物 ひじき炒め 冬瓜のみそ汁	ちんぴん 牛乳	秋刀魚 ひじき 豚肉 牛乳	白米 押し麦 しらたき	トマト 人参 なら 冬瓜 しめじ ねぎ 果物
10	火	お弁当会				
11	水	五目うどん しゃぶしゃぶサラダ 果物 ちくわの磯辺揚げ	みそおにぎり カットコーン	油揚げ ちくわ 卵 ワカメ 豚肉 ツナ缶 枝豆	うどん 白米	もやし 人参 ねぎ レタス 胡瓜 コーン
12	木	ご飯 サバの味噌ダレ焼き 果物 豚バラ大根 なめこ汁	ツナサンドイッチ 牛乳	サバ 豚肉 絹豆腐 ツナ缶 牛乳	白米 パン	長ネギ えのき 大根 人参 グリンピース 果物 なめこ 玉ねぎ パセリ
13	金	ご飯 お月見肉団子 果物 人参しりしり ソーメン汁	白玉ぜんざい せんべい	豚ミンチ ツナ缶 卵 金時豆	白米 押し麦 白玉粉 ソーメン じゃが芋	玉ねぎ 人参 ピーマン ねぎ 果物
14	土	生姜焼き丼 スパサラダ 果物 キャベツの味噌汁	お楽しみ おやつ	豚肉 ハム 牛乳 油揚げ	白米 サラスパ	玉ねぎ 人参 胡瓜 コーン ピーマン 果物 キャベツ ねぎ
17	火	シンデレラカレー 果物 コールスローサラダ 卵スープ	チーズ蒸しパン 牛乳	豚ミンチ 豚レバー 卵 粉チーズ 牛乳	白米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 南瓜 グリンピース キャベツ 胡瓜 ねぎ 果物
18	水	ご飯 魚の天ぷら 果物 クープイリチー 豆腐のみそ汁	ヨーグルト パンケーキ 牛乳	白身魚 卵 豚肉 昆布 木綿豆腐 ヨーグルト 牛乳	白米 こんにやく	トマト 切干大根 なら 人参 小松菜 えのき 果物
19	木	ご飯 ごぼうすき煮 果物 マカロニサラダ もずくスープ	さつま芋ドーナツ 牛乳	厚揚げ 豚肉 もずく 卵 牛乳	白米 マカロニ さつま芋 こんにやく	ごぼう 人参 胡瓜 コーン 長ネギ 小松菜 果物
20	金	ミートスパゲティ フレンチサラダ 果物 わかめスープ	きつねおにぎり 枝豆	合挽き わかめ ひじき 枝豆 いなりあげ	白米 スパゲティ	玉ねぎ 人参 ピーマン レタス 胡瓜 ねぎ 果物
21	土	炊き込みご飯 和え物 チキンナゲット 果物 豚汁	お楽しみ おやつ	ツナ缶 ひじき 大豆 豚肉 木綿豆腐 しらす チキンナゲット 牛乳	白米	人参 なら 果物 胡瓜 大根 ねぎ
24	火	ご飯 鮭のゴマ揚げ 果物 きんぴらごぼう 大根のみそ汁	パースディケーキ 野菜ジュース	鮭 ツキアゲ 卵	白米 ケーキ	トマト ごぼう 人参 大根 しめじ ねぎ 小松菜 果物
25	水	ふりかけご飯 コロッケ ヨーグルトあえ ブロッコリーサラダ オニオンスープ	トマトケーキ 牛乳	合挽き 卵 ヨーグルト 牛乳	白米 じゃが芋	玉ねぎ コーン ブロッコリー 人参 果物 トマト
26	木	ご飯 サバの味噌煮 果物 ゴーヤーチャンプルー アーサ汁	フレンチトースト 牛乳	サバ 豚肉 木綿豆腐 アーサ 牛乳 卵	白米 パン	大根 しそ ゴーヤー 玉ねぎ 人参 えのき ねぎ 果物
27	金	三枚肉そば 干草あえ 果物 金時豆の甘煮	ジュシー おにぎり いりこ	三枚肉 かまぼこ ひじき 金時豆 油揚げ いりこ ツナ缶	白米 沖縄そば	ねぎ 胡瓜 小松菜 人参 なら 果物
28	土	豆腐そぼろ丼 胡瓜の和え物 果物 ワカメのみそ汁	お楽しみ おやつ	豚ミンチ 木綿豆腐 ちくわ ワカメ 牛乳	白米	玉ねぎ 人参 なら 胡瓜 コーン ねぎ 果物
30	月	ご飯 チキンのから揚げ 果物 冬瓜の煮物 みそ汁	くずもち 牛乳	鶏肉 ちくわ 油揚げ きな粉 牛乳	白米 芋くず	トマト 冬瓜 ねぎ 果物 グリンピース キャベツ

※ 9月16日は敬老の日でお休みです

※ 9月23日は秋分の日でお休みです

※ 都合により献立を変更する事もあります



9月離乳食予定献立表

令和元年



つぼみっ子保育園

日	曜日	初期(ごっくん期) 5~6ヶ月	中期(もぐもぐ期) 7~8ヶ月	後期(かみかみ期) 9~11ヶ月	2回食 pm3:00 後期~	
調理形態		ヨーグルト状 ペースト	豆腐の固さ マッシュ	バナナの固さ 柔らかく刻み		
2	月	つぶし粥 白身魚すり流し 果汁 野菜ペースト 白菜スープ	全粥 鶏肉のつぶし煮 果物 野菜つぶし煮 白菜のみそ汁	軟飯 鶏肉の煮物 果物 野菜炒め煮 白菜のみそ汁	ヒラヤーチー	
3	火	つぶし粥 白身魚のすり流し 果汁 じゃが芋ペースト 大根スープ	全粥 鮭と野菜のミルクつぶし煮 果物 じゃが芋つぶし煮 大根のすまし汁	軟飯 鮭と野菜のミルク煮 果物 じゃが芋の煮物 大根のすまし汁	ジャムパン	
4	水	つぶし粥 南瓜ペースト 果汁 トマトサラダマッシュ オニオンスープ	全粥 ささみのつぶし煮 果物 トマトつぶしサラダ うどんつぶし汁	軟飯 ささみの煮物 果物 トマトサラダ うどん汁	鮭おにぎり	
5	木	つぶし粥 人参ペースト 果汁 白菜ペースト じゃが芋スープ	全粥 いりつぶし豆腐 果物 つぶし和え物 じゃが芋のみそ汁	軟飯 いり豆腐 果物 和え物 じゃが芋のみそ汁	さつま芋 おやき	
6	金	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 南瓜ペースト すましスープ	全粥 鶏肉のつぶし野菜煮 果物 胡瓜のおろしあえ ゆし豆腐	軟飯 鶏肉の野菜煮 果物 胡瓜の和え物 ゆし豆腐	ココア パンケーキ	
7	土	運動会				
9	月	つぶし粥 白身魚のすり流し 果汁 人参ペースト 冬瓜スープ	全粥 白身魚のトマトつぶし煮 果物 人参つぶし煮 冬瓜のみそ汁	軟飯 白身魚のトマト煮 果物 人参炒め煮 冬瓜のみそ汁	ちんびん	
10	火	お弁当会				
11	水	つぶし粥 うどんすり流し汁 果汁 サラダマッシュ 南瓜ペースト	全粥 つぶし煮込みうどん 果汁 つぶしサラダ 南瓜の煮物	軟飯 煮込みうどん 果物 サラダ 南瓜の煮物	みそおにぎり	
12	木	つぶし粥 白身魚のすり流し 果汁 大根ペースト 白菜スープ	全粥 白身魚のつぶし煮 果物 大根のつぶし煮 白菜のみそ汁	軟飯 白身魚の煮つけ 果物 大根の煮物 白菜のみそ汁	ジャムサンド	
13	金	つぶし粥 南瓜ペースト 果汁 野菜ペースト すましスープ	全粥 ささみのつぶし野菜煮 果物 人参つぶし煮 ソーメン汁	軟飯 ささみの野菜煮 果物 人参しりしり煮 ソーメン汁	金時豆の 煮豆	
14	土	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 人参ペースト キャベツスープ	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 果物 胡瓜のつぶしあえ キャベツのみそ汁	軟飯 鶏肉の野菜煮 果物 胡瓜の和え物 キャベツのみそ汁	お楽しみ おやつ	
17	火	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 サラダマッシュ オニオンスープ	全粥 つぶし煮物 果物 つぶしサラダ オニオンスープ	軟飯 煮物 果物 コールスローサラダ オニオンスープ	蒸しパン	
18	水	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 人参ペースト 豆腐のすり流し汁	全粥 魚のつぶし煮 果物 切干大根つぶし煮 豆腐のみそ汁	軟飯 魚の煮つけ 果物 切干大根イリチー煮 豆腐のみそ汁	ヨーグルト パンケーキ	
19	木	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 マッシュポテト すましスープ	全粥 鶏肉の野菜つぶし煮 果物 ポテトサラダ すまし汁	軟飯 鶏肉の野菜煮 果物 ポテトサラダ すまし汁	さつま芋 おやき	
20	金	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 サラダマッシュ オニオンスープ	全粥 鶏肉のトマトつぶし煮 果物 つぶしレタスサラダ オニオンスープ	軟飯 鶏肉のトマト煮 果物 レタスサラダ オニオンスープ	きつね おにぎり	
21	土	つぶし粥 人参ペースト 果汁 大根スープ	じゅーしー つぶし和え物 果物 豆腐のみそ汁	じゅーしー 和え物 果物 豆腐のみそ汁	お楽しみ おやつ	
24	火	つぶし粥 白身魚のすり流し 果汁 人参ペースト 大根スープ	全粥 鮭のつぶしトマト煮 果物 人参つぶし煮 大根のみそ汁	軟飯 鮭のトマト煮 果物 人参きんぴら煮 大根のみそ汁	フルーツ パンケーキ	
25	水	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 ブロッコリーマッシュ オニオンスープ	全粥 じゃが芋のつぶし煮 ヨーグルトあえ ブロッコリーつぶしサラダ オニオンスープ	軟飯 じゃが芋の煮物 ヨーグルトあえ ブロッコリーサラダ オニオンスープ	トマト パンケーキ	
26	木	つぶし粥 白身魚のすり流し 果汁 野菜ペースト すましスープ	全粥 白身魚のつぶし煮 果物 野菜つぶし煮 すまし汁	軟飯 白身魚の煮つけ 果物 野菜チャンブルー煮 すまし汁	ジャムパン	
27	金	つぶし粥 白身魚のすり流し 果汁 小松菜ペースト すましスープ	全粥 煮込みつぶしうどん汁 果物 小松菜のつぶし和え 金時豆のつぶし甘煮	軟飯 煮込みうどん汁 果物 小松菜の和え物 金時豆の甘煮	じゅーしー	
28	土	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 南瓜ペースト オニオンスープ	全粥 豆腐つぶし煮 果物 南瓜の煮物 みそ汁	軟飯 豆腐のそぼろ煮 果物 南瓜の煮物 みそ汁	お楽しみ おやつ	
30	月	つぶし粥 トマトペースト 果汁 冬瓜ペースト すましスープ	全粥 ささみのつぶしトマト煮 果物 冬瓜のつぶし煮 みそ汁	軟飯 ささみのトマト煮 果物 冬瓜の煮物 みそ汁	じゃが芋 おやき	

※ 9月16日は敬老の日でお休みです

※ 9月23日は秋分の日でお休みです

※ 離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整しています。

