



# 9月 離乳食こんだてひょう

旭が丘保育園

日	曜	9か月から11か月頃	12か月から18か月頃
2	月	軟飯 マーボー豆腐 華風あえ	ゆかりごはん マーボー豆腐 華風あえ
3	火	パンプキンパン つぶつぶコーンスープ ビーフン入り野菜ソテー フルーツ	パンプキンパン つぶつぶコーンスープ ビーフン入り野菜ソテー フルーツ
4	水	煮込みうどん 野菜サラダ	焼きそば 野菜サラダ
5	木	ロールパン バンサンスウ イタリアンスープ	ロールパン バンサンスウ イタリアンスープ
6	金	軟飯 おかかふりかけ 味噌汁 冷しゃぶと野菜の盛り合わせ	白ごはん おかかふりかけ 味噌汁 冷しゃぶと野菜の盛り合わせ
7	土	軟飯 ツナと野菜の煮物 フルーツポンチ	ツナカレー フルーツポンチ
9	月	軟飯 煮魚 ほうれん草のおひたし 味噌汁	白ごはん 魚のフライ ほうれん草のごま和え 味噌汁
10	火	軟飯 鶏肉のさっぱり煮 白和え 味噌汁	白ごはん 鶏肉のさっぱり煮 白和え 味噌汁
11	水	軟飯 豚肉と野菜の煮物 もやしのあっさりサラダ	ポークカレー もやしのあっさりサラダ
12	木	食パン ミートボール マカロニサラダ 春雨スープ	食パン ミートボール マカロニサラダ 春雨スープ
13	金	軟飯 煮魚 野菜のナムル 沢煮椀	白ごはん いわしの味噌煮 野菜のナムル 沢煮椀
14	土	そうめん汁 金時豆煮 フルーツ	そうめん汁 金時豆煮 フルーツ
17	火	軟飯 ひじきの炒り煮 豚汁 フルーツ	白ごはん 大豆入りひじきの炒り煮 豚汁 フルーツ
18	水	しらす寿司 サラダステーキ ボイル野菜 かき玉汁	小ぎつね寿司 サラダステーキ ボイル野菜 かき玉汁
19	木	ロールパン 煮魚 野菜サラダ 野菜スープ	ロールパン 白身フライ カレー風味スープ 野菜のゴマサラダ
20	金	軟飯 きざみのり 肉じゃが 秋茄子の味噌汁	白ごはん きざみのり 肉じゃが 秋茄子の味噌汁
21	土	軟飯 豚肉と野菜の煮物 フルーツポンチ	ポークカレー フルーツポンチ
24	火	軟飯 豚肉と野菜の煮物 味噌汁	白ごはん 豚肉と大豆の揚げ煮 味噌汁 フルーツ
25	水	スパゲッティ フレッシュサラダ	きのこのスパゲッティ フレッシュサラダ
26	木	ロールパン かぼちゃの煮物 野菜スープ ボイル野菜	ロールパン かぼちゃのコロッケ ボイル野菜 クリームシチュー
27	金	菜飯 八宝菜 味噌汁	菜飯 八宝菜 味噌汁
28	土	煮込みうどん 野菜スープ	焼きそば 中華風野菜スープ
30	月	軟飯 おかかふりかけ 卵と野菜の炒め物 きゅうりづけ 味噌汁	白ごはん ごまふりかけ 中華きゅうり 卵ときくらげの炒めもの 味噌汁
調理形態		歯茎でつぶせるかたさ バナナくらい	歯茎でかめるかたさ 肉団子くらい

食材の都合により、メニューの変更もあります