

## 2024年9月 離乳食献立表



## **大宮みちのこ保育園**

		完了食	後期食	中期食			完了食	後期食	中期食
2日	昼食	軟飯 豚肉の香味焼き(もやし) せん野菜サラダ(きゅうり・大根・人参) みそ汁(キャベツ・人参)	全粥 豚ひき肉の炒め煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(きゅうり・大根・人参) スープ(キャベツ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉の炒め煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(きゅうり・大根・人参) スープ(キャベツ・人参)	17日	昼食	軟飯 ハンバーグ(豚ひき・豆腐・玉ねぎ) マカロニサラダ(きゅり・人参・玉ねぎ) きのこのスープ(えのき・しめじ・玉ねぎ)	全粥 あんかけハンバーグ(豚ひき・豆腐・玉ねぎ) 野菜の軟煮(マカロニ・きゅり・人参・玉ねぎ) スープ(人参・玉ねぎ)	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ煮(豆腐・玉ねぎ) 野菜の軟煮(マカロニ・きゅり・人参・玉ねぎ) ぎ) スープ(人参・玉ねぎ)
	午後	蒸しパン 牛乳	蒸しパン スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)		午後	スイートポテト 牛乳	さつまいもの甘煮 スープ(玉ねぎ・人参)	さつまいもの甘煮 スープ(玉ねぎ・人参)
3日	昼食	ドライカレーライス(軟飯)(豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ビーマン) カミカミサラダ (ゆで大豆・きゅうり・人参・ じゃがいも・チーズ)	全粥 豚ひき肉の煮物(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(ゆで大豆・きゅうり・人参・ じゃがいも) なし(軟煮)	7倍粥 鶏ひき肉の煮物(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(ゆで大豆・きゅうり・人参・ じゃがいも) なし(軟煮)	18日	昼食	軟飯 鶏肉と厚揚げの甘酢あん(鶏肉・生揚 げ・玉ねぎ・チンゲン菜) もやしの中華風和え物(人参・小松菜) すまし汁(大根・人参・えのき)	全粥 鶏肉と豆腐のあんかけ(玉ねぎ・チンゲン菜) 野菜の軟煮(人参・小松菜・玉ねぎ) スープ(大根・人参)	7倍粥 鶏ひき肉と豆腐のとろとろ煮(玉ねぎ・チンゲン菜) 野菜の軟煮(人参・小松菜・玉ねぎ) スープ(大根・人参)
	午後	トースト(ごま) 牛乳	トースト スープ(じゃがいも・人参)	パン粥 スープ(じゃがいも・人参)		午後	おにぎり(軟飯) わかめ 牛乳	全粥(人参) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ)	7倍粥(人参) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ)
4日	昼食	軟飯 かれいの西京焼き 肉じゃが(鶏肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ) けんちん汁(豆腐・油揚げ・大根・人参・ ごぼう・ねぎ)	全粥 かれいのでり焼き 野菜の軟煮 (鶏肉・じゃがいも・人参・玉 ねぎ) スープ (豆腐・大根・人参)	7倍粥 かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(じゃがいも・人参・玉ねぎ) スープ(豆腐・大根・人参)	19日	昼食	軟飯 チキン南蛮(鶏肉・卵) かぼちゃの甘煮 みそ汁 (キャベツ・ねぎ・わかめ)	全粥 鶏肉の照り焼き かぼちゃの甘煮 スープ(キャベツ・玉ねぎ)	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ煮 かぼちゃの甘煮 スープ(キャベツ・玉ねぎ)
	午後	焼びん(軟飯)(人参・チーズ) 牛乳	全粥(人参) スープ(大根・人参)	7倍粥(人参) スープ(大根・人参)		午後	メロンパン風トースト 牛乳	トースト スープ(玉ねぎ・かぼちゃ)	パン粥 スープ(玉ねぎ・かぼちゃ)
5日	昼食	軟飯 鶏肉のパン粉焼き 大豆とひじさのサラダ(大根・ゆで大豆・ ひじき・人参・きゅうり) みそ汁(こまつな・玉ねぎ・えのき)	全粥 鶏肉のパン粉焼き 野菜の軟煮(大根・ゆで大豆・ひじき・人 参・きゅうり) スープ(こまつな・玉ねぎ)	7倍粥 鶏いき肉のとろとろ煮 野菜の軟煮(大根・ゆで大豆・人参・きゅうり) スープ(こまつな・玉ねぎ)	20日	昼食	軟飯 さけのマヨネーズ焼き フレンチサラダ (キャベツ・きゅうり・人参) 豆腐みそ汁 (大根・油あげ)	全粥 さけの照り焼き 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) スープ(豆腐・大根)	7倍粥 さけのとろとろ煮 野菜の軟煮 (キャベツ・きゅうり・人参) スープ (豆腐・大根)
	午後	マカロニきな粉牛乳	マカロニきな粉 スープ(玉ねぎ・人参)	マカロニきな粉 スープ(玉ねぎ・人参)		午後	スコーン (プレーン) 牛乳	トースト スープ(キャベツ・人参)	パン粥 スープ(キャベツ・人参)
6日	昼食	中華井(軟飯)(豚肉・白菜・たけのこ・人 参) もやしの中華サラダ(きゅうり・キャベツ・ 人参) わかめスープ(玉ねぎ・人参・卵) バナナ	全粥 豚ひき肉の炒め煮(白菜・人参) 野菜の軟煮(きゅうり・キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	7倍粥 鶏ひき肉の炒め煮(白菜・人参) 野菜の軟煮(きゅうり・キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	21日	昼食	スタミナ丼(軟飯)(豚肉・人参・もやし・に ら スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参・コーン)	全粥 豚肉の炒め煮(豚ひき肉・人参・玉ねぎ) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ煮(人参・玉ねぎ) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)
	午後	塩おにぎり(軟飯) きゅうりの浅漬け 牛乳	全粥 スープ(キャベツ・人参)	7倍粥 スープ(キャベツ・人参)		午後	おにぎり(軟飯) (菜飯) 牛乳	全粥 スープ(人参・玉ねぎ)	7倍朔 スープ(人参・玉ねぎ)
7日	昼食	あんかけうどん(鶏もも肉・キャベツ・玉ねぎ・人参) じゃが芋のチーズ焼き(コーン)	あんかけうどん(鶏もも肉・キャベツ・玉ね き・人参) じゃが芋のチーズ焼き	とろとろあんかけうどん (鶏ひき肉・キャベ ツ・玉ねぎ・人参) じゃが芋の軟煮	24日	昼食	軟版 豚肉と玉ねぎのカレー炒め(ピーマン) コールスローサラダ(キャペツ・きゅうり・ 人参) みそ汁(大根・えのき・ねぎ)	全粥 豚ひき肉の炒め煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) スープ(大根・人参)	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) スープ(大根・人参)
	午後	おにぎり(軟飯〉(塩昆布とおかか) 牛乳	全粥(おかか) スープ(じゃがいも・キャベツ)	7倍粥 スープ(じゃがいも・キャベツ)		午後	おにぎり(軟飯) (チーズおかか) 牛乳	全粥(おかか) スープ(キャベツ・人参)	7倍粥 スープ(キャベツ・人参)
9日	昼食	軟飯 厚揚げの炒め物(豚ひき肉・玉ねぎ・人 参・にら・しめじ) 切干し大根のサラダ(きゅうり・人参・ちく わ) みそ汁(玉ねぎ・人参・油あげ)		7倍粥 豆腐の炒め物(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(大根・きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	25日	昼食	軟飯 鶏肉の照り焼き キャベツの梅おかか和え(ほうれん草・人 参) かき玉汁(小松菜・えのき・玉ねぎ)	全粥 鶏肉の照り焼き 野菜の軟煮(キャベツ・ほうれん草・人 参) スープ(小松菜・玉ねぎ)	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・ほうれん草・人 参) スープ(小松菜・玉ねぎ)
	午後	バナナケーキ 牛乳	ホットケーキ(バナナ) スープ(大根・人参)	パン粥 スープ(大根・人参)		午後	ちんすこう 牛乳	トースト スープ(ほうれん草・人参)	パン粥 スープ(ほうれん草・人参)
10日	昼食	軟飯 さばのみそ焼き ひじきの煮物(ゆで大豆・人参・大根) 豆腐すまし汁(油揚げ・小松菜・ねぎ)	全粥 かれいの照り焼き 野菜の軟煮(ひじき・ゆで大豆・人参・大 根) 豆腐すまし汁(小松菜)	7倍粥 かれいのとろとろ煮 野薬の軟煮(ゆで大豆・人参・大根) 豆腐すまし汁(小松菜)	26日	昼食	軟飯 つくね焼き(鶏ひき肉・ねぎ・人参) こんにゃくの和風サラダ(きゅうり・人参・も やし・大根) みそ汁(なめこ・豆腐・ねぎ)	全粥 つくね焼き(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮'(きゅうり・人参・大根) スープ(豆腐・人参)	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(きゅうり・人参・大根) スープ(豆腐・人参)
	午後	りんごゼリー マンナビスケット 牛乳	トースト スープ(人参・小松菜)	パン粥 スープ(人参・小松菜)		午後	ホットケーキ 牛乳	ホットケーキ スープ (大根・人参)	パン粥 スープ(大根・人参)
11日	昼食	軟飯 タンドリーチキン ジャーマンポテト(じゃがいも・コーン・ ベーコン) マカロニスープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	全粥 鶏肉の照り焼き 野菜の軟煮(じゃがいも・人参) マカロニスープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ煮 野菜の軟煮(じゃがいも・人参) マカロニスープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	27日	昼食	軟飯 ナゲット(鶏ひき肉・鶏肉・豆腐・玉ねぎ) 大根サラダ(きゅうり・ツナ) スープ(キャベツ・にんじん・玉ねぎ・えのき)	全粥 ナゲット(鶏ひき肉・鶏肉・豆腐・玉ねぎ) 野菜の軟煮(大根・きゅうり・ツナ) スープ(キャベツ・にんじん・玉ねぎ)	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ(・豆腐・玉ねぎ) 野菜の軟煮(大根・きゅうり・ツナ) スープ(キャベツ・にんじん・玉ねぎ)
	午後	おにぎり(軟飯) (鮭) 牛乳	全粥(鮭) スープ(玉ねぎ・キャベツ)	7倍粥(鮭) スープ(玉ねぎ・キャベツ)		午後	きつねおにぎり(軟飯) 牛乳	全粥 スープ(大根・玉ねぎ)	7倍粥 スープ(大根・玉ねぎ)
12日	昼食	軟飯 ジャージャン豆腐(生揚げ・豚肉・たけのこ・人参・ビーマン) もやしのサラダ (キャベツ・きゅうり・人参) はるさめスープ (人参・しいたけ・小松菜)	全粥 豆腐の炒め煮(豚ひき肉・人参・玉ねぎ) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) スープ(人参・小松菜)	7倍朔 豆腐のとろとろ煮(鶏ひき肉・人参・玉ねぎ) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) スープ(人参・小松菜)	28日	昼食	てりやき野菜丼(軟飯)(鶏肉・もやし・ キャベツ) みそ汁(こまつな・玉ねぎ・わかめ) バナナ	全粥 鶏肉の軟煮 (鶏肉・キャベツ) スープ (こまつな・玉ねぎ) バナナ	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ煮(キャベツ) スープ(こまつな・玉ねぎ) バナナ
	午後	焼きそば(豚肉・キャベツ・人参・ピーマン) 牛乳	やわらか焼きそば(豚ひき肉・キャベツ・ 人参) スープ(玉ねぎ・小松菜)	とろとうどん(鶏ひき肉・キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ・小松菜)		午後	ジャムパン(ブルーベリー) 牛乳	トースト スープ(キャベツ・玉ねぎ)	パン粥 スープ(キャベツ・玉ねぎ)
13日	昼食	軟飯 厚焼き卵(豚ひき肉・人参・玉ねぎ・ビーマン) ブロッコリーのごまマヨ和え(人参) みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ・人参)	全粥 厚焼き卵(豚ひき肉・人参・玉ねぎ) 野菜の軟煮(ブロッコリー・人参) スープ(じゃが芋・玉ねぎ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ煮(人参・玉ねぎ) 野菜の軟煮(ブロッコリー・人参) スープ(じゃが芋・玉ねぎ・人参)	30日	昼食	軟飯 野菜マーボー豆腐(豆腐・豚ひき肉・玉 ねぎ・なす・ビーマン) キャベツとわかめの酢の物(人参) 中華スープ(えのき・しめじ・玉ねぎ・人 参))	全粥 野菜と豆腐のあんかけ(豆腐・豚ひき肉・ 玉ねぎ・なす) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 野菜と豆腐のとろとろ煮(豆腐・鶏ひき 肉・玉ねぎ・なす) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	チーズサブレ 牛乳	トースト スープ(ブロッコリー・玉ねぎ)	パン粥 スープ(ブロッコリー・玉ねぎ)		午後	おにぎり(軟飯) (さつまいも) 牛乳	全粥(さつまいも) スープ(キャベツ・人参)	7倍粥(さつまいも) スープ(キャベツ・人参)
14日	昼食	チキンカレー(軟飯) (鶏肉・じゃがいも・ 玉ねぎ・人参) フレンチサラダ (キャベツ・きゅうり・人参) パナナ	全粥 鶏肉の炒め煮(鶏肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) バナナ	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ煮(じゃがいも・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) パナナ					
	午後	おにぎり(軟飯) (ゆかり) 牛乳	全粥 スープ(キャベツ・人参)	7倍粥 スープ(キャベツ・人参)					