



2025年9月 離乳食献立表



白岡みちのこ保育園

		完了食	後期食	中期食	初期食
01(月)	昼食	中華丼(オイスターソース抜き) わかめスープ フルーツヨーグルト	軟飯 豚肉の軟煮(白菜・人参) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	全粥 しらすのとうろ煮(白菜・人参) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	7倍粥 しらすのとうろ煮(白菜・人参) スープ バナナ
	午後	小松菜のマーブルスコーン 牛乳	小松菜のマーブルスコーン 麦茶	パン粥 麦茶	
02(火)	昼食	食パン ポークビーンズ おから入りポテトサラダ ミルクカレースープ	食パン 豚肉の軟煮(玉ねぎ・なす・トマト) じゃがいもの軟煮(きゅうり) スープ(玉ねぎ・人参・かぼちゃ)	パン粥 しらすのとうろ煮(玉ねぎ・なす) じゃがいもの軟煮(きゅうり) スープ(玉ねぎ・人参・かぼちゃ)	パン粥 しらすのとうろ煮 じゃがいもの軟煮(きゅうり・玉ねぎ) スープ
	午後	みそおにぎり 牛乳	軟飯(人参) 麦茶	全粥(人参) 麦茶	
03(水)	昼食	御飯 たらの野菜みそ焼き 切干大根と高野豆腐の煮物 みそ汁	軟飯 たらの照り焼き 野菜の軟煮(人参・玉ねぎ) スープ(小松菜・人参)	全粥 かれのい のとうろ煮 野菜の軟煮(人参・玉ねぎ) スープ(小松菜・人参)	7倍粥 かれのい のとうろ煮 野菜の軟煮(人参・玉ねぎ・小松菜) スープ
	午後	ケーキサレ 牛乳	人参ケーキ 麦茶	パン粥 麦茶	
04(木)	昼食	御飯 厚揚げの炒め物 もやしのごま酢あえ みそ汁(赤みそ)	軟飯 豚そぼろの軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(人参・ツナ) スープ(玉ねぎ・なす・人参)	全粥 しらすのとうろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(人参・ツナ) スープ(玉ねぎ・なす・人参)	7倍粥 しらすのとうろ煮 野菜の軟煮(人参・玉ねぎ) スープ
	午後	きな粉ポテト 牛乳	きな粉ポテト 麦茶	さつま芋の軟煮 麦茶	
05(金)	昼食	焼きもろこし御飯 キャベツとごぼうのサラダ みそ汁 豚肉の香味焼き	軟飯(人参) 豚肉の軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり) スープ(人参・大根)	全粥(人参) 豆腐のとうろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり) スープ	7倍粥(人参) 豆腐のとうろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・大根) スープ
	午後	ラスク(あおのり) 牛乳	ラスク(あおのり) 麦茶	パン粥 麦茶	
06(土)	昼食	スタミナ丼 スープ バナナ	軟飯 豚肉の軟煮(人参・玉ねぎ) スープ(キャベツ・人参) バナナ	全粥 豆腐のとうろ煮(人参・玉ねぎ) スープ(キャベツ・人参) バナナ	7倍粥 豆腐のとうろ煮 スープ(キャベツ・人参・玉ねぎ) バナナ
	午後	きな粉パンケーキ 牛乳	きな粉パンケーキ 麦茶	パン粥(きな粉) 麦茶	
08(月)	昼食	御飯 鶏肉のコンフレーク焼き 小松菜のソー 野菜スープ	軟飯 鶏肉の照り焼き 野菜の軟煮(小松菜・玉ねぎ) スープ(かぶ・かぶの葉)	全粥 鶏そぼろのとうろ煮 野菜の軟煮(小松菜・玉ねぎ) スープ(かぶ・かぶの葉)	7倍粥 しらすのとうろ煮 野菜の軟煮(小松菜・玉ねぎ・かぶ) スープ
	午後	おからパン(チーズ) 牛乳	ホットケーキ 麦茶	パン粥 麦茶	
09(火)	昼食	ミートトリア フレンチサラダ コンソメスープ	軟飯 豚そぼろの軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) スープ(大根・人参)	全粥 豆腐のとうろ煮(玉ねぎ・人参) 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 豆腐のとうろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) スープ
	午後	シュガートースト 牛乳	シュガートースト 麦茶	パン粥 麦茶	
10(水)	昼食	御飯 さばのかば焼き 炒り豆腐 みそ汁(赤みそ)	軟飯 かれのい の照り焼き 豆腐の軟煮(ひじき・人参) スープ(小松菜・玉ねぎ・人参)	全粥 かれのい のとうろ煮 豆腐の軟煮(人参) スープ(小松菜・玉ねぎ・人参)	7倍粥 かれのい のとうろ煮 豆腐の軟煮(人参・小松菜) スープ
	午後	バナナアイス 牛乳	バナナ 麦茶	バナナ 麦茶	
11(木)	昼食	御飯 肉じゃが 和風マカロニサラダ みそ汁	軟飯 豚肉の軟煮(じゃが芋・玉ねぎ) マカロニの軟煮(キャベツ・人参) スープ(チンゲン菜・人参)	全粥 鶏そぼろのとうろ煮(じゃが芋・玉ねぎ) マカロニの軟煮(キャベツ・人参) スープ(チンゲン菜・人参)	7倍粥 しらすのとうろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・人参・チンゲン菜) スープ
	午後	おやつ焼きそば 牛乳	やわらか焼きそば(豚ひき・人参) 麦茶	全粥(人参) 麦茶	
12(金)	昼食	ナポリタン かぼちゃのチーズ焼き コンソメスープ	やわらかスパゲッティ(豚肉・玉ねぎ・人参) かぼちゃの軟煮 スープ(大根・人参)	やわらかスパゲッティ(鶏ひき・玉ねぎ・人参) かぼちゃの軟煮 スープ(大根・人参)	やわらかうどん(しらす・玉ねぎ・人参) かぼちゃの軟煮 スープ
	午後	わかめとしらすのおにぎり 牛乳	軟飯(しらす) 麦茶	全粥(しらす) 麦茶	
13(土)	昼食	カレーライス スープ ぶどうゼリー	軟飯 豚肉の軟煮(じゃが芋・玉ねぎ・人参) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	全粥 しらすのとうろ煮(じゃが芋・玉ねぎ・人参) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	7倍粥 しらすのとうろ煮(じゃが芋・玉ねぎ・人参) スープ バナナ
	午後	ちんすこう 牛乳	ちんすこう 麦茶	パン粥 麦茶	

		完了食	後期食	中期食	初期食
16(火)	昼食	御飯 かれのい のオーロラソースがけ きのこの醤油炒め みそ汁	軟飯 かれのい の照り焼き 野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(さつま芋・玉ねぎ・人参)	全粥 かれのい のとうろ煮 野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(さつま芋・玉ねぎ・人参)	7倍粥 かれのい のとうろ煮 野菜の軟煮(玉ねぎ・人参・さつま芋) スープ
	午後	きな粉蒸しパン 牛乳	きな粉蒸しパン 麦茶	パン粥(きな粉) 麦茶	
17(水)	昼食	ドライカレーライス コンソメスープ りんごゼリー	軟飯 豚そぼろの軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(小松菜・玉ねぎ・人参) バナナ	全粥 しらすのとうろ煮(玉ねぎ・人参) スープ(小松菜・玉ねぎ・人参) バナナ	7倍粥 しらすのとうろ煮(玉ねぎ・人参・小松菜) スープ バナナ
	午後	トースト(シュガー) 牛乳	トースト(シュガー) 麦茶	パン粥 麦茶	
18(木)	昼食	御飯 鶏肉の甘酢煮 切干大根のサラダ みそ汁	軟飯 鶏肉の軟煮(玉ねぎ・人参) スティック野菜(きゅうり・人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ)	全粥 しらすのとうろ煮(玉ねぎ・人参) スティック野菜(きゅうり・人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ)	7倍粥 しらすのとうろ煮 野菜の軟煮(きゅうり・人参・キャベツ) スープ
	午後	おにぎり(ツナとおかか) 牛乳	全粥(ツナ) 麦茶	全粥(ツナ) 麦茶	
19(金)	昼食	ひじきごはん 厚焼き卵 小松菜のごまあえ みそ汁	軟飯(人参) 鶏そぼろの軟煮(人参・玉ねぎ) 野菜の軟煮(小松菜・人参) スープ(大根・玉ねぎ)	全粥(人参) 鶏そぼろの軟煮(人参・玉ねぎ) 野菜の軟煮(小松菜・人参) スープ(大根・玉ねぎ)	7倍粥(人参) 豆腐のとうろ煮 野菜の軟煮(小松菜・人参・大根) スープ
	午後	じゃがいもボンデケーキ 牛乳	じゃがいもボンデケーキ 麦茶	じゃがいもの軟煮 麦茶	
20(土)	昼食	てりやき野菜丼 みそ汁 バナナ	軟飯 鶏肉の軟煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(小松菜・玉ねぎ) バナナ	全粥 しらすのとうろ煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(小松菜・玉ねぎ) バナナ	7倍粥 しらすのとうろ煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ バナナ
	午後	おにぎり(菜飯) 牛乳	軟飯(人参) 麦茶	全粥(人参) 麦茶	
22(月)	昼食	御飯 さわらのごま照り焼き 変わりきんぴら みそ汁(赤みそ)	軟飯 かれのい の照り焼き 変わりきんぴら スープ(玉ねぎ・人参)	全粥 かれのい のとうろ煮 スティック野菜(大根・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 かれのい のとうろ煮 野菜の軟煮(大根・人参・玉ねぎ) スープ
	午後	さつま芋の春巻き 牛乳	さつま芋の軟煮 麦茶	さつま芋の軟煮 麦茶	
24(水)	昼食	御飯 ハンバーグ 野菜炒め のっぺい汁	軟飯 ハンバーグ(ソース抜き) 野菜の軟煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(人参・玉ねぎ)	全粥 豆腐のとうろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(人参・玉ねぎ)	7倍粥 豆腐のとうろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ
	午後	カステラ 牛乳	ホットケーキ 麦茶	パン粥 麦茶	
25(木)	昼食	わかめうどん 大豆の落とし揚げ バナナ	やわらかうどん(鶏肉・玉ねぎ・人参) 大豆とさつま芋の落とし揚げ バナナ	全粥 さつま芋の軟煮 バナナ	やわらかうどん(しらす・玉ねぎ・人参) さつま芋の軟煮 バナナ
	午後	ちまき風おにぎり(オイスターソース抜き) 牛乳	軟飯(人参) 麦茶	全粥(人参) 麦茶	
26(金)	昼食	御飯 納豆マーボー豆腐 キャベツのツナサラダ 中華スープ	軟飯 豚そぼろの軟煮(豆腐・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり) スープ(玉ねぎ・人参)	全粥 豆腐のとうろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり) スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 豆腐のとうろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) スープ
	午後	カレートースト(バセリ抜き) 牛乳	トースト 麦茶	パン粥 麦茶	
27(土)	昼食	あんかけうどん さつま芋の甘煮 バナナ	やわらかうどん(豚肉・白菜・玉ねぎ・人参) さつま芋の軟煮 バナナ	全粥 さつま芋の軟煮 バナナ	やわらかうどん(しらす・白菜・玉ねぎ・人参) さつま芋の軟煮 バナナ
	午後	おにぎり(おかか) 牛乳	軟飯(おかか) 麦茶	全粥(人参) 麦茶	
29(月)	昼食	御飯 豚肉ときのこのソー キャベツの磯マヨ和え みそ汁	軟飯 豚肉の軟煮(玉ねぎ・人参) スティック野菜(きゅうり・人参) スープ(キャベツ・人参)	全粥 しらすのとうろ煮(玉ねぎ・人参) スティック野菜(きゅうり・人参) スープ(キャベツ・人参)	7倍粥 しらすのとうろ煮 野菜の軟煮(きゅうり・人参・キャベツ) スープ
	午後	キャラットサブレ 牛乳	キャラットサブレ 麦茶	パン粥 麦茶	
30(火)	昼食	御飯 ヤンニョムチキン もやしのナムル 豆腐スープ	軟飯 鶏の照り焼き スティック野菜(きゅうり・人参) スープ(人参・玉ねぎ)	全粥 豆腐のとうろ煮 スティック野菜(きゅうり・人参) スープ(人参・玉ねぎ)	7倍粥 豆腐のとうろ煮 野菜の軟煮(きゅうり・人参・玉ねぎ) スープ(人参・玉ねぎ)
	午後	アップルスイートポテト 牛乳	さつま芋の軟煮 麦茶	さつま芋の軟煮 麦茶	

※野菜スティックが毎日つきます

※中期食の鶏ひき肉は鶏ささみのひき肉です。