

# 9月 離乳食献立表

浦和メーブル保育園

	後 期 食		アレルギー 特定原材料 7品目
	午前	材料	
1 水	3倍粥 大根のすまし汁 鶏肉とほうれん草の煮物 人参とピーマンの煮物	米 大根・醤油 鶏もも肉・ほうれん草・醤油 人参・ピーマン・味噌	
2 木	3倍粥 小松菜のすまし汁 鶏ささみと玉ねぎの煮物 野菜スティック	米 小松菜・醤油 鶏ささみ・玉ねぎ・味噌 人参・きゅうり・醤油	
3 ・ 17 金	3倍粥 じゃが芋のみそ汁 肉豆腐 野菜の煮物	米 じゃが芋・味噌 豚肉・木綿豆腐・玉ねぎ・醤油 キャベツ・人参・きゅうり・塩	
4 ・ 18 土	3倍粥 玉ねぎのみそ汁 鮭のとろみ煮 キャベツと人参の煮物	米 玉ねぎ・味噌 鮭 キャベツ・人参	
6 月	3倍粥 豆腐のすまし汁 鶏肉と茄子のとろみ煮 小松菜と人参の煮物	米 絹豆腐・醤油 鶏もも肉・茄子・味噌 小松菜・人参・塩	
7 ・ 21 火	3倍粥 大根のすまし汁 カレイの煮物 ブロッコリーと人参の煮物	米 大根・醤油 カレイ・玉ねぎ・味噌 ブロッコリー・人参・醤油	
8 ・ 22 水	3倍粥 人参のみそ汁 豚肉と小松菜のとろみ煮 かぼちゃ煮	米 人参・味噌 豚肉・小松菜・醤油 かぼちゃ	
9 木	煮込みマカロニ チンゲン菜のみそ汁 鶏もも肉と野菜の煮物 キャベツときゅうりの煮物	マカロニ・塩 チンゲン菜・味噌 鶏もも肉・玉ねぎ・人参・醤油 キャベツ・きゅうり・醤油	小麦
10 ・ 24 金	鶏そぼろ粥(3倍) 豆腐のみそ汁 玉ねぎときゅうりの煮物 かぼちゃ煮	米・鶏ひき肉 木綿豆腐・味噌 玉ねぎ・きゅうり・醤油 かぼちゃ	
11 ・ 25 土	3倍粥 キャベツのみそ汁 豚肉と野菜のとろみ煮 煮リンゴ	米 キャベツ・味噌 豚肉・玉ねぎ・人参・醤油 りんご	
13 ・ 27 月	3倍粥 小松菜のすまし汁 鶏もも肉と人参の煮物 じゃが芋の煮物	米 小松菜・醤油 鶏もも肉・人参・味噌 じゃが芋・味噌	
14 ・ 28 火	3倍粥 大根のみそ汁 鮭のとろみ煮 小松菜と人参の煮物	米 大根・味噌 鮭・醤油 小松菜・人参・塩	
15 ・ 29 水	3倍粥 人参のみそ汁 鶏もも肉と小松菜のとろみ煮 茄子とかぼちゃの煮物	米 人参・味噌 鶏もも肉・小松菜・しょうゆ 茄子・かぼちゃ・醤油	
16 木	3倍粥 かぼちゃの豆乳スープ ミートボールのトマト煮 野菜スティック	米 かぼちゃ・豆乳・塩 豚ひき肉・トマト缶・玉ねぎ・塩 人参・きゅうり・醤油	
30 木	3倍粥 大根のみそ汁 鶏もも肉と野菜のとろみ煮 さつまいもの煮物	米 大根・味噌 鶏もも肉・玉ねぎ・人参・醤油 さつまいも	

\*調理形態は月齢や体調個人に合わせて変更することがあります。  
\*献立は変更になる場合があります。