

★ 9月 献立 表(本園離乳食完了期)★

	1 月	2 火	3 水	4 木	5 金	6 土	7 日	8 月	9 火	10 水	11 木	12 金	13 土	14 日	15 月
	■ごはん 米 ■豚肉のポンド炒め ぶたにく たまねぎ にんじん ポンド さとう キャノーラ油 ■高野豆腐の煮物 高野とうふ にんじん きぬぎ 削りしお 淡口しょうゆ だし昆布 みそ はあけ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏のねぎみそ焼き とりにく 青ねぎ みそ 濃口しょうゆ さとう キャノーラ油 ■オクラの胡麻和え おくら にんじん 白ごま 濃口しょうゆ ■すまし汁 とうもろこし ふ 淡口しょうゆ しお みりん風 だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■白身魚の唐揚げ ばさう 濃口しょうゆ かたくり粉 キャノーラ油 ■ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー にんじん かつおぶし 濃口しょうゆ さとう ■みそする きやべつ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■わかもうどん うどん とりにく カットわかめ 青ねぎ だしの昆布 削りぶし さとう 淡口しょうゆ みりん風 ■金平ごぼう ごぼう にんじん ごま油 濃口しょうゆ さとう 白	■パンパキンカレーライス 米 とりにく かぼちゃ たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレーウ ブイヨン ■コールスローサラダ きやべつ にんじん コン マヨネーズ	■豚丼 米 ぶたにく たまねぎ にんじん 青ねぎ 濃口しょうゆ さとう だし昆布 削りぶし ■ほうれん草の和えもの ほうれんそう にんじん きぬぎ 濃口しょうゆ さとう ■みそする ふ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■豚肉の生姜炒め ぶたにく たまねぎ にんじん 濃口しょうゆ さとう しょうが キャノーラ油 ■がんも煮 がんもどき にんじん きぬぎ 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■みそする カットわかめ あげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■チキンチャップ とりにく たまねぎ しめじ ケチャップ さとう キャノーラ油 ■ジャーマンポテト じゃがいも たまねぎ ウインナー キャノーラ油 しお ブイヨン ■スキヤキ ブイヨン しお	■ごはん 米 ■豚肉の甘辛炒め ぶたにく たまねぎ にんじん トマト缶 ケチャップ さとう ブイヨン ■インゲンのおかか和え インゲン にんじん きぬぎ 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■みそする とうもろこし カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ミートスパゲティ スパゲティ キャノーラ油 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん トマト缶 ケチャップ さとう ブイヨン ■キャノーラ油 しお ■インゲンのおかか和え インゲン にんじん きぬぎ 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■みそする とうもろこし カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■お月見献立 ■カレーピラフ 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん パセリ缶 キャノーラ油 しお カレー粉 ブイヨン ■豆腐ハンバーグ 豆腐ハンバーグ ケチャップ ■コーン コーン たまねり にんじん マヨネーズ ■スィーツ ふ ブイヨン しお	■鶏のずき焼き風丼 米 とりにく たまねぎ 糸こんにゃく にんじん 青ねぎ キャノーラ油 さとう 濃口しょうゆ ■オクラの和え物 おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそする ふ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし			
10時	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶		
3時	■ブルーベリージャムサンド クラッカー ブルーベリージャム ■牛乳 牛乳	■キャラットクッキー こむぎ粉 にんじん マーガリン さしお ■牛乳 牛乳	■ポップコーン（ココア） ポップコーンの素 キャノーラ油 ココア さとう ■牛乳 牛乳	■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ（みかん缶） みかん缶 ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳	■お麩のラスク ふ マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	■お豆腐ドーナツ 豆乳とうふ こめ粉 さとう 水 キャノーラ油 ■牛乳 牛乳	■きのご飯にぎり 米 にんじん しいたけ しめじ まいいたけ えのき エリンギ あぶらあげ 淡口しょうゆ さとう だし昆布 削りぶし ■お茶 ほうじ茶	■ポップコーン（きなこ） ポップコーンの素 キャノーラ油 きなこ さとう ■牛乳 牛乳	■フルーツ（カクテル缶） ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳			

	16 火	17 水	18 木	19 金	20 土	22 月	23 火	24 水	25 木	26 金	27 土	29 月	30 火
	■ごはん 米 ■鯖の生姜煮 さば 濃口しょうゆ しょうが しょう ■炒めなます 切干だいこん にんじん きこま油 ■穀物酢 淡口しょうゆ さとう 削みそ ■たまご はくねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏の唐揚げ とりにく 濃口しょうゆ しょうが かたくり粉 こめ粉 キャノーラ油 ■ほうれん草と白菜の和えもの ほうれんそう はくさい にんじん 濃口しょうゆ ■スーパ たまご にんじん しょう しお	■きつねうどん うどん あぶらあげ 濃口しょうゆ さとう 削りぶし カットわかめ 青ねぎ キャノーラ油 だし昆布 削りぶし さとう みりん風 きやべつ ■野菜炒め きやべつ 緑豆もやし さやいんげん にんじん キャノーラ油 鶏がらスープ しお 濃口しょうゆ	■チキンカレー 米 とりにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレールウ ブイヨン ■スパゲティサラダ スパゲティ にんじん きゅうり マヨネーズ しお	■中華丼 米 ぶたにく はくさい たまねぎ にんじん キャノーラ油 濃口しょうゆ 鶏がらスープ かたくり粉 ■ほうれん草の和えもの ほうれんそう にんじん 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ カットわかめ 鶏がらスープ 淡口しょうゆ	■ごはん 米 ■豚肉の胡麻醤油炒め ぶたにく たまねぎ さやいんげん にんじん 濃口しょうゆ さとう 白ごま キャノーラ油 ■切干だいこんにんじんの煮物 切干だいこん にんじん きぬさや 淡口しょうゆ さとう 削みそ ■みきゃふ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	秋分の日 	■ごはん 米 ■鶏の塩こうじ焼き とりにく しょうが ■春雨の酢めし はるきゆり さきゆり 穀物酢 さとう 淡口しょうゆ ■すまし汁 さとう カツわかめ 青ねぎ みりん風 淡口しょうゆ しお だし昆布 削りぶし	■やきそば 小麦中華めん ぶたにく きやべつ 緑豆もやし にんじん ピーマン 中濃ソース キャノーラ油 かつおぶし ■具だくさん味噌汁 だいこん あつあげ ごぼう にんじん 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ポークカレー 米 ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレールウ ブイヨン ■マカロニ マカロニ きゅうり マヨネーズ	■麻婆丼 米 うき肉 たまねぎ 青ねぎ しょうが みそ 濃口しょうゆ 鶏がらスープ ごま油 ■インゲンの中煮和え さやいんげん にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ カットわかめ 鶏がらスープ 淡口しょうゆ	■ごはん 米 ■たらしの煮付け たらし しょうが 濃口しょうゆ さとう ■ひじき煮 ひじき にんじん あぶらあげ 濃口しょうゆ さとう みそ 削りぶし ■みずしる とうふ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏のマーマレード焼き とりにく マーマレード 濃口しょうゆ さとう ■ブロccoliの和え物 ブロccoli にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる とうふ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし
10時	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶
3時	■ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 ■牛乳 牛乳	■セサミクッキー 米粉 きな粉 マーガリン ■お茶 ほうじ茶 ■牛乳 牛乳	■わかれおにぎり 米 わかめご飯の素 ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ（もも缶） もも缶 ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳	■フルーツ（みかん缶） みかん缶 ■牛乳 牛乳	■きなこクッキー きなこ きな粉 マーガリン さとう 牛乳	■菜めしおにぎり 米 菜めし ■お茶 ほうじ茶	■菜めしおにぎり 米 菜めし ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ（カクトル缶） ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳	■クラッカー・ジャムサンド クラッカー いちごジャム ■牛乳 牛乳	■抹茶クッキー こむぎ粉 抹茶缶 マーガリン さとう 牛乳