



# 9月 離乳食予定献立表



令和3年 8月31日 小柳保育園

日 曜日	献立	主な食材
1 水	ごはん 魚のムニエル ビーフン炒め ひじきサラダ 味噌汁 果物	魚 人参 きゃべつ 玉ねぎ ビーフン ひじき トマト 豆腐 果物
2 木	パン クリームスパゲティー きゃべつサラダ チキンボール スープ 果物	パン しめじ 玉ねぎ ほうれん草 きゃべつ チキンボール 小松菜 果物
3 金	わかめごはん 肉団子スープ もやしナムル さつま芋マッシュ 果物	わかめ テンゲン菜 人参 春雨 長ねぎ 豚ひき もやし さつまいも 果物
4 土	ごはん 肉じゃが サラダ 果汁	牛肉 人参 じゃがいも 玉ねぎ レタス きゅうり トマト 卵 果汁
6 月	コーン煮込みそうめん 果物	そうめん 水菜 長ねぎ もやし コーン 豚肉 卵 果物
7 火	ごはん すき焼き さつま芋マッシュ ブロッコリー 味噌汁 果物	牛肉 焼き豆腐 長ねぎ しめじ 白菜 さつま芋 ブロッコリー 板麩 果物
8 水	ごはん 焼き魚 もやし炒め かぼちゃ煮 味噌汁 果物	鮭 もやし 人参 かぼちゃ 大根 果物
9 木	ごはん 野菜の炒り玉子 トマト コーンクリーム煮 スープ 果物	小松菜 長ねぎ 豚肉 卵 トマト コーン 人参 テンゲン菜 果物
10 金	ごはん 豚肉の柔らか煮 きゃべつ煮 ポテトサラダ 味噌汁 果物	豚肉 きゃべつ 人参 玉ねぎ じゃがいも きゅうり わかめ 豆腐 果物
11 土	豚丼 サラダ 幼児果汁	鶏肉 玉ねぎ 卵 じゃがいも レタス きゅうり トマト 幼児果汁
13 月	味噌煮込みうどん 果物	きゃべつ もやし 人参 長ねぎ 豚肉 卵 果物
14 火	ごはん 酢豚風 ブロッコリーのツナ和え 味噌汁 果物	人参 ビーマン 玉ねぎ 椎茸 鶏もも ブロッコリー ツナ なす 果物
15 水	ごはん 魚の味噌煮 筑前煮 わかめときゅうりの和え物 澄まし汁 果物	魚 人参 大根 椎茸 ごぼう わかめ きゅうり 豆腐 しめじ 果物
16 木	<お誕生会> 野菜たっぷり焼うどん ナムル トマト 卵スープ 果物	うどん 白菜 人参 長ねぎ もやし トマト 卵 きゅうり 果物
17 金	納豆ご飯 田舎汁 マカロニサラダ 果物	納豆 大根 人参 玉ねぎ 豆腐 豚肉 かぼちゃ マカロニ きゅうり 納豆 果物
18 土	親子丼 サラダ 幼児果汁	鶏肉 玉ねぎ 卵 じゃがいも レタス きゅうり トマト 幼児果汁
21 火	ごはん 肉じゃが ほうれん草炒り玉子 味噌汁 果物	じゃがいも 人参 玉ねぎ 牛肉 ほうれん草 卵 きゃべつ 果物
22 水	ごはん 煮魚 ジャーマンポテト風 コールスロー 味噌汁 果物	魚 じゃがいも きゃべつ 人参 玉ねぎ わかめ 果物
24 金	照り焼きチキン丼 春雨サラダ トマト 具沢山味噌汁 果物	鶏肉 卵 ほうれん草 きゅうり 人参 春雨 トマト 水菜 長ねぎ 豆腐 果物
25 土	ごはん 肉豆腐 野菜サラダ 果汁	豚肉 豆腐 人参 じゃがいも 玉ねぎ 卵 レタス きゅうり トマト 卵 果汁
27 月	かしわうどん 果物	鶏肉 長ねぎ わかめ ほうれん草 卵 うどん 果物
28 火	<愛情弁当の日> オムライス風 温野菜サラダ ココロポテト スープ 果物	卵 玉ねぎ 人参 ブロッコリー じゃがいも 豆腐 果物
29 水	ごはん 焼肉 豆腐サラダ 人参きんぴら 味噌汁 果物	豚肉 玉ねぎ 豆腐 レタス きゅうり 人参 大根 果物
30 木	パン スペニッシュオムレツ 添えやきそば グリーンサラダ スープ 果物	パン ほうれん草 卵 じゃがいも スパゲティー 果物 きゃべつ 人参 レタス きゅうり ブロッコリー 玉ねぎ

◎米飯は離乳食の進みと月齢に合わせておかゆ、軟飯、ごはんのいずれかでお出ししています。  
◎材料、その他の都合により、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。

## 離乳食を与える時間

離乳食は決まった時間と与え、3回食になったらできるだけ家族と一緒に食べさせるようにします。食事にかかる時間は20～30分が目安ですが、赤ちゃんには個人差があります。  
自分で食べる意欲があったら時間がかかってもせかさないようにしましょう。

## おねがい

食べ物によるアレルギー症状や体質的に留意が必要な場合はすぐにお知らせください。  
**食材除去食、対応食を用意します。**  
アレルギーの場合は医師の所見等も添えて詳細にお知らせください。

