



9月 離乳食予定献立表



令和4年 8月31日 小柳保育園

日 曜日	献立	主な食材
1 木	わかめごはん けんちん汁 切り干し大根煮 煮魚 果物	わかめ 大根 人参 ごぼう 豆腐 鶏肉 切り干し大根 魚 果物
2 金	とうもろこしごはん 干切りスープ チキンボール きゅうりの出汁和え 果物	とうもろこし 人参 白菜 卵 長ねぎ 豚肉 チキンボール きゅうり 果物
3 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
5 月	野菜煮込みうどん 果物	とりひき 人参 大根 長ねぎ ほうれん草 わかめ 卵 果物
6 火	ごはん 焼肉風 ほうれん草の煮びたし さつまい煮 味噌汁 果物	豚肉 玉ねぎ ほうれん草 さつまい きやべつ 果物
7 水	ごはん 魚のムニエル そうめんチャンプルー トマト 味噌汁 果物	魚 そうめん 人参 きやべつ 玉ねぎ 豚肉 トマト 卵 果物
8 木	パン 野菜のクリーム煮 炒り卵 ブロッコリーサラダ 玉ねぎスープ 果物	パン ブロッコリー 人参 鶏肉 コーン 卵 レタス 玉ねぎ 果物
9 金	ごはん 鶏肉と野菜煮 マカロニサラダ 澄まし汁 果物	鶏肉 玉ねぎ 人参 きやべつ マカロニ きゅうり 卵 豆腐 しめじ 果物
10 土	運動会	
12 月	野菜と卵の煮込みそうめん 果物	そうめん 人参 ほうれん草 豚肉 卵 長ねぎ 果物
13 火	ごはん 鶏肉の柔らか煮 もやしと小松菜のお浸し トマト 味噌汁 果物	鶏肉 玉ねぎ もやし 人参 小松菜 トマト 白菜 果物
14 水	ごはん 煮魚 きやべつとコーンのスープ煮 かぼちゃ煮 味噌汁 果物	魚 きやべつ コーン かぼちゃ なす 果物
15 木	<お誕生会>野菜ピラフ ミートボール ブロッコリー 大根煮 春雨スープ 果物	玉ねぎ 人参 ピーマン ミートボール ブロッコリー卵 大根 春雨 果物
16 金	麻婆丼風 春雨サラダ トマト 具沢山味噌汁 果物	豆腐 豚ひき肉 長ねぎ 春雨 人参 きゅうり 卵 大根 水菜 果物
17 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
20 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 玉ねぎ ピーマン 鶏肉 ブロッコリー ツナ わかめ 豆腐 果物
21 水	ごはん 魚の蒲焼風 人参のきんぴら ほうれん草のお浸し 豚汁風味噌汁 果物	魚 人参 ほうれん草 玉ねぎ 豚肉 果物
22 木	パン 卵焼き スパ炒め もやしナムル かきたま汁 果物	パン 卵 สปาゲティー 玉ねぎ もやし 人参 えのき 果物
24 土	お弁当の日	
26 月	肉うどん 果物	豚肉 わかめ 卵 ほうれん草 万能ねぎ うどん 果物
27 火	ごはん すき焼き 温野菜サラダ 味噌汁 果物	牛肉 白菜 豆腐 長ねぎ ブロッコリー 人参 板麩 果物
28 水	ごはん 焼き魚 きゅうりサラダ ひじき煮 味噌汁 果物	魚 きゅうり ひじき 人参 大根 豆腐 果物
29 木	ごはん ハンバーグ サラspa じゃこピーマン スープ 果物	ハンバーグ สปาゲティー 人参 きゅうり ツナ じゃこ わかめ 麩 果物
30 金	納豆ご飯 豚汁 マカロニサラダ 果物	納豆 大根 人参 玉ねぎ 豆腐 豚肉 じゃがいも マカロニ きゅうり 納豆 果物

◎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に与え、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。