



9月 給食献立表



令和5年

離乳食

日	曜	5~6ヶ月	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	(その他の食品)	7~8ヶ月	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	(その他の食品)	9~11ヶ月	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	(その他の食品)
1日	金											和風ランチ 洋風ランチ	しらす干し、たら、大豆	米、上白糖	にんじん、キャベツ、玉ねぎ	水・だし・しょうゆ・食塩 ブイヨン
15日	金	10倍がゆ 白身魚のペースト にんじんのペースト キャベツのペースト	たら	米・かたくり粉	にんじん・キャベツ	水・だし	7倍がゆ 魚と野菜のほくし煮 キャベツの軟らか煮	たら	米・かたくり粉	にんじん・こまつな・キャベツ	水・だし	軟飯 魚と野菜のほくし煮 キャベツの軟らか煮 きな粉軟飯	たら・きな粉	米・かたくり粉	にんじん・こまつな・キャベツ	水・だし・しょうゆ
2日 16日	土	10倍がゆ しらすのペースト 玉ねぎのペースト かぼちゃのペースト	しらす干し	米	たまねぎ・かぼちゃ	水・だし	7倍がゆ しらすと野菜の軟らか煮 かぼちゃの軟らか煮つぶし	しらす干し	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・かぼちゃ	水・だし	軟飯 しらすと野菜の軟らか煮 かぼちゃの軟らか煮 ホットケーキ	しらす干し・牛乳	米・かたくり粉・薄力粉 上白糖・調合油	にんじん・たまねぎ・かぼちゃ	水・だし・しょうゆ へーキグハグー
4日	月	10倍がゆ 豆腐のペースト にんじんのペースト だいこんのペースト	木綿豆腐	米	にんじん・大根	水・だし	7倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 だいこんの軟らか煮	木綿豆腐	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・大根	水・だし	軟飯 豆腐と野菜のトロトロ煮 スティックだいこん マカロニきな粉	木綿豆腐・きな粉	米・かたくり粉・マカロニ 上白糖	にんじん・たまねぎ・大根	水・だし・しょうゆ・食塩
5日 19日	火	10倍がゆ 麩のペースト にんじんのペースト キャベツのペースト		米・小町麩・かたくり粉	にんじん・キャベツ	水・だし	7倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ キャベツの軟らか煮	ささ身	米・かたくり粉	にんじん・キャベツ	水・だし	軟飯 鶏ささみの野菜あんかけ キャベツの軟らか煮 煮込みうどん	ささ身	米・かたくり粉・干しうどん	にんじん・キャベツ・たまねぎ	水・だし・しょうゆ
6日 20日	水	10倍がゆ しらすのペースト じゃがいものペースト にんじんのペースト	しらす干し	米・じゃがいも	にんじん	水・だし	7倍がゆ しらすと野菜の軟らか煮 にんじんの軟らか煮	しらす干し	米・じゃがいも・かたくり粉	たまねぎ・にんじん	水・だし	軟飯 しらすと野菜の軟らか煮 スティックにんじん おかか軟飯	しらす干し・かつお節	米・じゃがいも・かたくり粉	たまねぎ・にんじん	水・だし・しょうゆ
7日 21日	木	10倍がゆ 白身魚のペースト にんじんのペースト きゅうりのペースト	たら	米・かたくり粉	にんじん・きゅうり	水・だし	7倍がゆ 魚と野菜のほくし煮 きゅうりの軟らか煮	たら	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・きゅうり	水・だし	軟飯 魚と野菜のほくし煮 スティックきゅうり 蒸しパン	たら・牛乳	米・かたくり粉・薄力粉 上白糖・調合油	にんじん・たまねぎ・きゅうり	水・だし・しょうゆ へーキグハグー
8日 22日	金	10倍がゆ 豆腐のペースト チンゲン菜のペースト じゃがいものペースト	木綿豆腐	米・じゃがいも	チンゲンサイ	水・だし	7倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 じゃがいもの軟らか煮つぶし	木綿豆腐	米・かたくり粉・じゃがいも	チンゲンサイ・たまねぎ	水・だし	軟飯 豆腐と野菜のトロトロ煮 スティックじゃがいも ホットケーキ	木綿豆腐・牛乳	米・かたくり粉・じゃがいも 薄力粉・上白糖・調合油	チンゲンサイ・たまねぎ	水・だし・しょうゆ へーキグハグー
9日	土	10倍がゆ 麩のペースト かぼちゃのペースト 玉ねぎのペースト		米・小町麩・かたくり粉	かぼちゃ・たまねぎ	水・だし	7倍がゆ ツナと野菜の煮物 玉ねぎの軟らか煮	ツナ缶	米・かたくり粉	にんじん・かぼちゃ・たまねぎ	水・だし	軟飯 ツナと野菜の煮物 玉ねぎの軟らか煮 きな粉軟飯	ツナ缶・きな粉	米・かたくり粉	にんじん・かぼちゃ・たまねぎ	水・だし・しょうゆ
11日 25日	月	10倍がゆ 豆腐のペースト じゃがいものペースト チンゲン菜のペースト	木綿豆腐	米・じゃがいも	チンゲンサイ	水・だし	7倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 チンゲン菜の軟らか煮	木綿豆腐	米・じゃがいも・かたくり粉	にんじん・チンゲンサイ	水・だし	軟飯 豆腐と野菜のトロトロ煮 チンゲン菜の軟らか煮 ホットケーキ	木綿豆腐・牛乳	米・じゃがいも・かたくり粉 薄力粉・上白糖・調合油	にんじん・チンゲンサイ	水・だし・しょうゆ へーキグハグー
12日 26日	火	10倍がゆ 豆腐のペースト にんじんのペースト じゃがいものペースト	絹ごし豆腐	米・じゃがいも	にんじん	水・だし	7倍がゆ 高野豆腐と野菜煮 じゃがいもの軟らか煮つぶし	高野豆腐	米・かたくり粉・じゃがいも	にんじん・たまねぎ	水・だし	軟飯 高野豆腐と野菜煮 スティックじゃがいも おかか軟飯	高野豆腐・かつお節	米・かたくり粉・じゃがいも	にんじん・たまねぎ	水・だし・しょうゆ
13日 27日	水	10倍がゆ 麩のペースト ほうれん草のペースト かぼちゃのペースト		米・小町麩・かたくり粉	ほうれん草・かぼちゃ	水・だし	7倍がゆ ツナと野菜の煮物 かぼちゃの軟らか煮つぶし	ツナ缶	米・かたくり粉	ほうれん草・たまねぎ かぼちゃ	水・だし	軟飯 ツナと野菜の煮物 かぼちゃの軟らか煮 マカロニきな粉	ツナ缶・きな粉	米・かたくり粉・マカロニ 上白糖	ほうれん草・たまねぎ かぼちゃ	水・だし・しょうゆ・食塩
14日 28日	木	10倍がゆ 麩のペースト トマトのペースト 小松菜のペースト		米・小町麩・かたくり粉	トマト・こまつな	水・だし	7倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ 刻みトマト	ささ身	米・かたくり粉	にんじん・こまつな・トマト	水・だし	軟飯 鶏ささみの野菜あんかけ 刻みトマト 蒸しパン	ささ身・牛乳	米・かたくり粉・薄力粉 上白糖・調合油	にんじん・こまつな・トマト	水・だし・しょうゆ へーキグハグー
29日	金	10倍がゆ 麩のペースト キャベツのペースト じゃがいものペースト		米・小町麩・かたくり粉 じゃがいも	キャベツ	水・だし	7倍がゆ 麩と野菜のとろ煮 じゃがいもの軟らか煮つぶし		米・小町麩・かたくり粉 じゃがいも	たまねぎ・キャベツ	水・だし	軟飯 麩と野菜のみそ煮 スティックじゃがいも ふかし芋	みそ	米・小町麩・かたくり粉 じゃがいも・さつまいも	たまねぎ・キャベツ	水・だし・食塩
30日	土	10倍がゆ 豆腐のペースト にんじんのペースト だいこんのペースト	絹ごし豆腐	米	にんじん・大根	水・だし	7倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 チンゲン菜の軟らか煮	絹ごし豆腐	米・かたくり粉	にんじん・キャベツ チンゲンサイ	水・だし	軟飯 豆腐と野菜のトロトロ煮 チンゲン菜の軟らか煮 ホットケーキ	絹ごし豆腐・牛乳	米・かたくり粉・薄力粉 上白糖・調合油	にんじん・キャベツ チンゲンサイ	水・だし・しょうゆ へーキグハグー