



 令和3年9月献立表NO1

日付	曜	離乳午前食			
		中期後半		後期	
1 15/29	水	①全がゆ ③ささみあん	②スープ(チングン菜) ④人参とキャベツ煮	①軟飯 ③ささみあん	②スープ(チングン菜) ④人参とキャベツ煮
2 16/30	木	①全がゆ ③豆腐煮	②スープ(レタス) ④きゅうり煮	①軟飯 ③豆腐煮	②スープ(レタス) ④きゅうり煮
3 17	金	①全がゆ ③さつま芋のそぼろあん	②スープ(玉葱) ④キャベときゅうり煮	①軟飯 ③さつま芋のそぼろあん	②スープ(玉葱) ④キャベときゅうり煮
4 18	土	①にゅうめん(白菜)	②スープ(玉葱)	①にゅうめん(白菜)	②スープ(玉葱)
		③大豆煮	④ほうれん草ともやし煮	③大豆煮	④ほうれん草ともやし煮
6	月	①全がゆ ③白身魚煮	②スープ(チングン菜) ④玉葱と人参煮	①軟飯 ③白身魚煮	②スープ(チングン菜) ④玉葱と人参煮
7	火	①全がゆ ③白身魚煮	②スープ(大根) ④ブロッコリー煮	①軟飯 ③白身魚煮	②スープ(大根) ④ブロッコリー煮
8 22	水	①全がゆ ③ささみあん	②スープ(みつば) ④人参とキャベツ煮	①軟飯 ③ささみあん	②スープ(みつば) ④人参とキャベツ煮
		①煮込みうどん(人参)	②スープ(みつば)	①煮込みうどん(人参)	②スープ(みつば)
9	木	③大根と挽き肉あん	④じゃが芋煮	③大根と挽き肉あん	④じゃが芋煮
10 24	金	①全がゆ ③大豆と人参煮	②スープ(白菜) ④じゃが芋煮	①軟飯 ③大豆と人参煮	②スープ(白菜) ④じゃが芋煮
11 25	土	①煮込みうどん(キャベツ) ③じゃが芋としらす煮	②スープ(キャベツ) ④ピーマン煮	①煮込みうどん(キャベツ) ③じゃが芋としらす煮	②スープ(キャベツ) ④ピーマン煮
13 27	月	①全がゆ ③白身魚のみぞ煮	②スープ(キャベツ) ④小松菜と人参煮	①軟飯 ③白身魚のみぞ煮	②スープ(キャベツ) ④小松菜と人参炒め
14 28	火	①全がゆ ③玉葱とそぼろあん	②スープ(人参) ④もやし煮	①軟飯 ③玉葱とそぼろあん	②スープ(人参) ④もやし煮

21	☆	火	①煮込みうどん(人参) ③玉葱としらす煮	④じゃが芋煮	①煮込みうどん(人参) ③玉葱としらす煮	④じゃが芋煮
----	---	---	-------------------------	--------	-------------------------	--------



 令和3年9月献立表NO2

日付	曜	離乳午後食			
		中期後半		後期	
1 15/29	水	①全がゆ ③豆腐煮	②みぞ汁(ちやし) ④小松菜と人参煮	①軟飯 ③豆腐煮	②みぞ汁(ちやし) ④小松菜と人参煮
2 16/30	木	①全がゆ ③白身魚煮	②みぞ汁(ほうれん草) ④南瓜煮	①軟飯 ③白身魚煮	②みぞ汁(ほうれん草) ④南瓜煮
3 17	金	①全がゆ ③ささみあん	②みぞ汁(板鰯) ④じゃが芋と胡瓜煮	①軟飯 ③ささみあん	②みぞ汁(板鰯) ④じゃが芋と胡瓜煮
4 18	土	①全がゆ ③豆腐煮	②みぞ汁(白菜) ④ほうれん草と人参煮	①軟飯 ③豆腐煮	②みぞ汁(白菜) ④ほうれん草と人参煮
	月	①みぞ煮込みうどん(大根)	③白菜と挽き肉あん	④小松菜煮	①みぞ煮込みうどん(大根) ③白菜と挽き肉あん ④小松菜煮
7 21	火	①全がゆ ③人参としらす煮	②みぞ汁(玉葱) ④キャベツ煮	①軟飯 ③人参としらす煮	②みぞ汁(玉葱) ④キャベツ煮
8 22	水	①全がゆ ③白身魚煮	②みぞ汁(もやし) ④じゃが芋煮	①軟飯 ③白身魚煮	②みぞ汁(もやし) ④じゃが芋煮
9	木	①全がゆ ③ささみあん	②みぞ汁(キャベツ) ④大根ときゅうり煮	①軟飯 ③ささみあん	②みぞ汁(キャベツ) ④大根ときゅうり煮
10 24	金	①全がゆ ③白身魚煮	②みぞ汁(もやし) ④さつま芋煮	①軟飯 ③白身魚煮	②みぞ汁(もやし) ④さつま芋煮
11 25	土	①全がゆ ③白身魚煮	②みぞ汁(じゃが芋) ④胡瓜ともやし煮	①軟飯 ③白身魚煮	②みぞ汁(じゃが芋) ④胡瓜ともやし煮
13 27	月	①全がゆ ③ささみあん	②みぞ汁(さつま芋) ④チングン菜とキャベツ煮	①軟飯 ③ささみあん	②みぞ汁(さつま芋) ④チングン菜とキャベツ炒め
14 28	火	①全がゆ ③白菜としらす煮	②みぞ汁(板鰯) ④ピーマンと人参煮	①軟飯 ③白菜としらす煮	②みぞ汁(板鰯) ④ピーマンと人参炒め

令和3年9月完了食献立



日付	曜		午前おやつ	午前食	午後食	煮や力に なるもの	血や肉に なるもの	体の調子を 整えるもの
1 15/29	水		①ビスケット	①チキンカレー ②スープ（もやし・コーン） ④チングン菜の和え物 ⑥フルーツ	9/1非常食 ①スイートポテト ②チングン菜のみそ汁 ⑥フルーツ⑥牛乳	米・油 じゃが芋 カレールウ 胡麻・さつま芋	鶏肉 バター 生クリーム 牛乳	玉葱・人参 グリンピース・もやし コーン・チングン菜 キャベツ・レーズン
2 16/30	木		⑥牛乳	①麻婆豆腐丼 ②中華スープ ④ひじきサラダ ⑥フルーツ	①野菜のお焼き ②ほうれん草のみそ汁 ⑥牛乳 ⑥フルーツ	米・油 胡麻・小麦粉 エッグケア	豆腐 豚肉・ツナ みそ・チーズ 牛乳	長葱・椎茸・生姜 人参・にんにく えのき・わかめ・ひじき 胡瓜・レタス・にら
3 17	金		①牛乳	①わかめご飯 ②みそ汁（さつま芋・玉葱） ③五目卵焼き ⑤フルーツ ④キャベツとツナのサラダ	①チーズトースト ②板麺のみそ汁 ⑥牛乳 ⑥フルーツ	米・胡麻 さつま芋 油 食パン	みそ・卵 豚肉・ツナ ベーコン チーズ・牛乳	わかめ・玉葱 人参・ビーマン キャベツ・もやし 胡瓜
4 18	土		⑥クラッカー	①五目にゅうめん ③大豆とベーコンのソテー ⑥フルーツ	①夕焼けおにぎり ②白菜のみそ汁 ⑥りんごジュース ⑥フルーツ	素麺 油 米	豚肉 大豆 ベーコン ツナ	人参・椎茸 白菜・もやし ほうれん草 しめじ
6	月		①クラッカー	①ご飯 ②みそ汁（チングン菜・玉ねぎ） ③さばの塩焼き ④切干大根の旨煮 ⑥フルーツ	①ぶどうゼリー ②大根のみそ汁 ⑥牛乳 ⑥フルーツ	米 油	さば 油揚げ 牛乳 みそ	チングン菜・玉葱 大根・切干大根 人参・椎茸・いんげん 桃缶
7	火		⑥牛乳	①ご飯 ②豚汁 ③鶏フライ ④プロッコリーの胡麻和え ⑥フルーツ	①やきそば ②キャベツのみそ汁 ⑥牛乳 ⑥フルーツ	米 油 小麦粉・パン粉 胡麻・中華麺	豚肉・鰹 油揚げ 豆腐・みそ 牛乳	大根・人参・もやし 葱・里芋 万能葱・キャベツ プロッコリー・ビーマン
8 22	水		⑥マンナ	①ご飯 ②みそ汁（なめこ・みつば） ③8日鶏肉のカレー焼き ③22日カレイのカレー焼き ④マカロニサラダ⑥フルーツ	①りんごのヨーグルト ②もやしのみそ汁 ⑥オレンジジュース ⑥フルーツ	米 カレー粉 マカロニ・じゃが芋 エッグケア	みそ 鶏肉 ヨーグルト	なめこ・みつば 玉葱・にんにく 生姜・胡瓜・人参 キャベツ・りんご
9	木		⑥牛乳	①けんちんうどん ③ジャーマンポテト ⑥フルーツ	①サモサ ②玉葱のみそ汁 ⑥牛乳 ⑥フルーツ	じゃが芋 エッグケア 餃子の皮 うどん	鶏肉・豆腐 ベーコン ツナ・牛乳	ごぼう・大根・人参 葱・玉葱・パセリ コーン
10 24	金		⑥牛乳	①クロワッサン ②スープ（白菜・春雨） ③ポークピーンズ ④プロッコリー ⑥フルーツ	①きなこクッキー ②もやしのみそ汁 ⑥牛乳 ⑥フルーツ	クロワッサン じゃが芋・小麦粉 油・マカロニ エッグケア	みそ 豚肉・鶏肉 大豆・バター 牛乳	白菜・春雨・なめこ・キャベツ みつば・人参・プロッコリー 玉葱・グリンピース にんにく・生姜・胡瓜
11 25	土		①クラッcker	①みそラーメン ③じゃが芋の炒め物 ⑥フルーツ	①ひじきチャーハン ②じゃが芋のみそ汁 ⑥りんごジュース ⑥フルーツ	中華麺 油 じゃが芋	豚肉 みそ	キャベツ・もやし にら・コーン・葱 人参・いんげん ひじき・ビーマン
13 27	月		①クラッcker	①ご飯 ②清汁（キャベツ・ねぎ） ③鰯の味噌焼き ④小松菜和え物 ⑥フルーツ	①ブルーベリーマフィン ②さつま芋のみそ汁 ⑥牛乳 ⑥フルーツ	米 油 マフィンの素	鮭・みそ 牛乳	キャベツ・万能葱 わかめ・葱 小松菜・もやし・人参 ブルーベリージャム
14 28	火		⑥牛乳	①ご飯 ②みそ汁（わかめ・玉葱） ③和風ハンバーグ ④もやし炒め ⑥フルーツ	①人参蒸しパン ②板麺のみそ汁 ⑥牛乳 ⑥フルーツ	米・油 パン粉 片栗粉 むしばんミックス	みそ 豚肉 豆乳 牛乳	わかめ・玉葱 大根・しそ もやし・にら 人参ペースト

★お楽しみメニュー★

21		火	⑥牛乳	①月見うどん ③ジャーマンポテト ⑥フルーツ	①うさぎまんじゅう ⑥フルーツ ⑥牛乳	うどん・さつま芋 じゃが芋 小麦粉・食紅 ベーキングパウダー	ゆでたまご ベーコン 鶏肉	南瓜・玉葱 人参・わかめ コーン
----	--	---	-----	------------------------------	---------------------------	---	---------------------	------------------------

材料の都合により献立を変更する場合がございます。ご了承ください。