

2018年09月

## 9月献立表（離乳食中期）

ヴィヴィアン亀甲台保育園

日 曜	献立名	材料名			日 曜	献立名	材料名		
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
O1 ～ 土 ～	野菜うどん かぼちゃの煮物	干しうどん	鶏ひき肉、 米みそ（淡色辛みそ）	キャベツ、 かぼちゃ、 たまねぎ、 にんじん	かつおだし 汁、しょう ゆ	20 ～ 木 ～	お粥 根菜汁 豆腐の煮物	米、さつま いも	木綿豆腐、 米みそ（淡色辛みそ）
O3 ～ 月 ～	お粥 ポテトスープ 鶏肉の煮物	米、じゃが いも	鶏ひき肉	こまつな、 にんじん、 たまねぎ	かつおだし 汁、しょう ゆ、食塩	21 ～ 金 ～	お粥 じゃが芋のみそ汁 鶏とこまつなの煮物	米、じゃが いも	鶏ひき肉、 米みそ（淡色辛みそ）
O4 ～ 火 ～	お粥 野菜スープ かれいのみぞ煮	米、じゃが いも	かれい、米 みそ（淡色 辛みそ）	たまねぎ、 にんじん、 ブロッコ リー	かつおだし 汁、しょう ゆ	22 ～ 土 ～	煮込みうどん かぼちゃの煮物	干しうどん	絹ごし豆腐
O5 ～ 水 ～	お粥 チンゲン菜のスープ 豆腐の煮物	米、じゃが いも	木綿豆腐	チンゲンサ イ、たまね ぎ、にんじ ん	かつおだし 汁、食塩、 しょうゆ	25 ～ 火 ～	お粥 白菜のみそ汁 カレイの煮つけ	米、じゃが いも	かれい、米 みそ（淡色 辛みそ）
O6 ～ 木 ～	お粥 豆腐のみそ汁 野菜煮	米	木綿豆腐、 米みそ（淡色 辛みそ）	たまねぎ、 だいこん、 にんじん、 もやし	かつおだし 汁、しょう ゆ	26 ～ 水 ～	お粥 ほうれんそうのスープ 鶏じやが	米、じゃが いも	鶏ひき肉
O7 ～ 金 ～	お粥 大根のみそ汁 かれいの煮つけ	米	かれい、米 みそ（淡色 辛みそ）	だいこん、 もやし、 にんじん、 た まねぎ	かつおだし 汁、しょう ゆ	27 ～ 木 ～	お粥 はくさいのみそ汁 かれいの照り煮	米、じゃが いも	かれい、米 みそ（淡色 辛みそ）
O8 ～ 土 ～	お粥 白菜のすまし汁 ほうれんそう煮物	米	鶏ひき肉	ほうれんそ う、はくさ い、にんじ ん、たまね ぎ	かつおだし 汁、しょう ゆ、食塩	28 ～ 金 ～	お粥 オニオンスープ キャベツの煮物	米、じゃが いも	鶏ひき肉
O10 ～ 月 ～	お粥 キャベツのスープ かれいの煮物	米、じゃが いも	かれい	キャベツ、 にんじん	かつおだし 汁、食塩、 しょうゆ	29 ～ 土 ～	お粥 大根スープ 鶏と野菜の旨煮	米	鶏ひき肉
O11 ～ 火 ～	お粥 ほうれん草のスープ 大根の煮物	米	鶏ひき肉	だいこん、 ほうれんそ う、たまね ぎ、にんじ ん	かつおだし 汁、食塩				
O12 ～ 水 ～	お粥 キャベツのみそ汁 さつまいもの煮物	米、じゃが いも、さつ まいも	米みそ（淡 色辛み そ）、鶏ひ き肉	ブロッコ リー、キャ ベツ	かつおだし 汁、しょう ゆ				
O13 ～ 木 ～	野菜うどん 鶏とはくさいの煮物	干しうどん	鶏ひき肉	たまねぎ、 キャベツ、 にんじん、 はくさい	かつおだし 汁、しょう ゆ、食塩				
O14 ～ 金 ～	お粥 玉ねぎの味噌汁 かれいの煮つけ	米、じゃが いも	かれい、米 みそ（淡色 辛みそ）	たまねぎ、 だいこん、 にんじん	かつおだし 汁、しょう ゆ				
O15 ～ 土 ～	お粥 玉ねぎのみそ汁 キャベツの煮物	米	米みそ（淡 色辛み そ）、鶏ひ き肉	たまねぎ、 キャベツ、 にんじん	かつおだし 汁、しょう ゆ				
O18 ～ 火 ～	お粥 にんじんの味噌汁 かれいの煮つけ	米、じゃが いも	かれい、米 みそ（淡色 辛みそ）	にんじん、 たまねぎ	かつおだし 汁、食塩				
O19 ～ 水 ～	五目うどん ブロッコリーの煮物	干しうどん	鶏ひき肉	ブロッコ リー、もや し、キャベ ツ、にんじ ん	かつおだし 汁、しょう ゆ				