

2021年



9月 離乳食献立表



社会福祉法人徳誠福祉会
小浜保育園

日	曜日	献立名	主材料名	おやつ	
1	水	ココア蒸しパン マカロニホワイトソース和え ソーセージあんかけ キウイフルーツ	ソーセージ ホットケーキミックス 牛乳 人参 マヨネーズ マカロニ	野菜 せんべい	小魚 せんべい
2	木	おかゆ 野菜あんかけ肉だんご スパゲッティ	挽肉 人参 玉ねぎ 牛乳 卵 パン粉 ケチャップ スパゲッティ	ハイハイ	ミルク ウエハース
3	金	おかゆ 豚肉とブロッコリーのあんかけ煮	豚肉 ブロッコリー 人参 ほうれん草	たまご ポーロ	林檎の ハイハイ
4	土	おかゆ 野菜肉じゃが トマトサラダ	豚肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ トマト ツナ缶	小魚せんべい	緑黄色 野菜ポーロ
5	日	休 日			
6	月	野菜あんかけうどん	乾麺 キャベツ 人参 玉ねぎ	マンナ ビスケット	たまご ポーロ
7	火	おかゆ 納豆キャベツと竹輪の鯛そぼろあんかけ	竹輪 ほうれん草 人参 天ぷら粉 卵 キャベツ 納豆	ハイハイ	ミルク ウエハース
8	水	クリームシチュー パナナ	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ クリームシチューの素 人参 牛乳	ウエハース ヨーグルト	野菜 せんべい
9	木	おかゆ 肉じゃが 納豆	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ	パフ リング	林檎の ハイハイ
10	金	おかゆ スパゲッティ 肉団子のあんかけ	挽肉 人参 玉ねぎ キャベツスパゲッティ 牛乳 パン粉 ケチャップ じゃが芋	野菜 せんべい	緑黄色 野菜ポーロ
11	土	豚肉と野菜のリゾット	豚肉 じゃが芋 ナス コンソメスープ 玉ねぎ 人参 かぼちゃ	マンナ ビスケット	ハイハイ
12	日	休 日			
13	月	スパゲッティナポリタン パナナ	玉ねぎ スパゲッティ ビーマン ケチャップ わかめ 白ごま	ハイハイ	ひじき せんべい
14	火	おかゆ 鶏肉の野菜あんかけ煮	鶏肉 焼肉のたれ チーズ さつま芋 ほうれん草 大揚げ	小魚 せんべい	マンナ ビスケット
15	水	かぼちゃのマッシュ キャベツとコーンのトロトロ煮	かぼちゃ 卵 コンソメ キャベツ パン粉 薄力粉 玉ねぎ	ミルク ウエハース	緑黄色 野菜ポーロ
16	木	おかゆ ハムとブロッコリーのやわらか煮	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ	野菜 せんべい	林檎の ハイハイ
17	金	おかゆ 肉豆腐 マッシュポテト	豚肉 豆腐 玉ねぎ えのき じゃが芋	マンナ ビスケット	ミルク ウエハース
18	土	運 動 会 (野木和公園)			
19	日	休 日			
20	月	敬 老 の 日			
21	火	おかゆ 野菜ソテー 鶏肉と野菜の中華あんかけ	エビ もやし 人参 ビーマン 大天 卵 玉ねぎ	ハイハイ	ビスケット
22	水	おかゆ 野菜たっぷり和風煮込み パナナ	じゃが芋 人参 玉ねぎ コーン	たまご ポーロ	ウエハース
23	木	秋 分 の 日			
24	金	おかゆ 鮭とじゃが芋の和風煮 かぼちゃ甘煮	かぼちゃ 鮭とじゃが芋の和風煮 青梗菜 コンソメ	野菜の ハイハイ	ミルク ウエハース
25	土	おかゆ 野菜肉じゃが トマトサラダ	豚肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ トマト ツナ缶	パフ リング	野菜 せんべい
26	日	休 日			
27	月	煮込みうどん	鶏肉 うどん ナルト 出し昆布	林檎の ハイハイ	たまご ポーロ
28	火	《9月お誕生会》おかゆ ポークピッツ ブロッコリー ポテトサラダ	ポークピッツ ブロッコリー ポテトサラダ わかめ	ビスケット	ココア ムース
29	水	マカロニホワイトソース和え すいか	ホワイトソース 牛乳 マカロニ 蒸しパン	マンナ ビスケット	パフ リング
30	木	おかゆ さつま芋のレモン煮 きんぴらごぼう	豚肉 さつま芋 人参 大揚げ ごぼう なす	小魚 せんべい	ひじき せんべい

～食べる意欲を育てましょう～

おっぱいやミルクしか飲めなかった赤ちゃんが、離乳食から少しずつ食べ物を取り込むことを覚え、いろいろな物を自分で食べて食の幅を広げていきます。新しい食材との出会いや、ワクワクドキドキするような体験が食べる意欲に繋がります。子ども自身が「食べてみよう!」「食べたい!」と思わない限り、口には運ばません。食事を楽しむ大人の姿、食べながら仲良く過ごす大人の姿がなによりの食育です。