



2020年9月 離乳食(完了期)予定献立表



日	曜日	昼食	材料	おやつ	材料
1	火	軟飯 コンソメスープ ハンバーグ スパゲティサラダ フルーツポンチ	米 キャベツ・コーン 豚挽肉・豆腐・玉葱・片栗粉・ケチャップ・ソース スパゲティ・トマト・胡瓜 黄桃缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	レーズンクッキー	小麦粉・レーズン ベーキングパウダー バター・牛乳
2	水	冷やし中華うどん 中華スープ フロッコリーとツナの炒め物 フルーツ	うどん・ささげ・卵・トマト・胡瓜・もやし・胡麻・ごま油 青梗菜・長葱 フロッコリー・人参・ツナ フルーツ	いなり寿司(軟飯)	米・油揚げ
3	木	軟飯 味噌汁 たらふらい 青梗菜の磯香和え フルーツ	米 鮭・長葱 たら・小麦粉・パン粉・ソース 青梗菜・人参・海苔 フルーツ	ミニアメリカンドッグ	ホットケーキミックス ワインナー・ケチャップ
4	金	軟飯 コンソメスープ ポトフ キャベツとチーズのサラダ フルーツ	米 小松菜・玉葱 鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参 チーズ・キャベツ・人参 フルーツ	りんごゼリー	りんごジュース 寒天・りんご缶 ゼリー
5	土	けんちんうどん ちくわの磯辺揚げ ヨーグルト	うどん・豆腐・大根・人参・しめじ・小松菜 ちくわ・青のり・天ぷら粉 ヨーグルト	おかか軟飯	米・かつお節
6	日	そぼろ寿司(軟飯) 味噌汁 がんもの煮物 フルーツ	米・鶏挽肉・卵・人参・干し椎茸・海苔 大根・三つ葉 がんも・人参・南瓜・いんげん フルーツ	マカロニきな粉	マカロニ・きな粉
7	月	軟飯 ずまし汁 さけのちゃんちゃん焼き 野菜豆 フルーツ	米 わかめ・万能葱 さけ・キャベツ・玉葱・人参・ピーマン・バター 大豆・いんげん・人参・大根・きざみ昆布 フルーツ	ジャムサンド	食パン・ジャム
8	火	バターロール コンソメスープ チキンカツ 白菜のツナ和え ヨーグルト	バターロール ほうれん草・人参 鶏肉・小麦粉・パン粉・ソース ツナ・白菜・人参 ヨーグルト	セザミクッキー	小麦粉・バター 牛乳・胡麻
9	水	ナポリタン コンソメスープ フロッコリーサラダ フルーツ	スパゲティ・ウインナー・玉葱・ピーマン・マッシュルーム・ケチャップ もやし・しめじ フロッコリー・人参 フルーツ	ひじき軟飯	米・ひじき・油揚げ 人参
10	木	軟飯 味噌汁 かかれの蒲焼き風 春巻の煎り物 フルーツ	米 さつまいも・えのき かかれい・小麦粉・片栗粉 春巻・胡瓜・ハム・胡麻 フルーツ	ジョア	ジョア ホットケーキミックス 豆乳
11	金	野菜たっぷりうどん 鶏肉の唐揚げ フルーツポンチ	うどん・豚肉・キャベツ・玉葱・人参・干し椎茸・にら・長葱・ごま油 鶏肉・にんにく・生姜・小麦粉・片栗粉 黄桃缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	味噌軟飯	米・胡麻
12	土	豚汁(軟飯) 味噌汁 スパゲティサラダ フルーツ	米・豚肉・玉葱・生姜 わかめ・万能葱・玉葱 スパゲティ・胡瓜・人参・マヨドレ フルーツ	スイートポテト	さつまいも・バター ホイップ・卵
13	日	軟飯 豚汁 かかれの磯香焼き ひじきのサラダ フルーツ	米 豚肉・豆腐・人参・大根・里芋・長葱 かかれい・青のり ひじき・胡瓜・玉葱・コーン・マヨドレ フルーツ	お餅ラスク	お餅・バター
14	月	五目炒飯(軟飯) わかめスープ 焼売 フルーツ	米・卵・豚肉・玉葱・人参・ピーマン にら・わかめ 豚挽肉・玉葱・片栗粉・ワンタンの皮・グリーンピース フルーツ	ホットケーキ	ホットケーキミックス 牛乳・スキムミルク バター・ジャム
15	火	さつまいも軟飯 味噌汁 レパールの磯辺揚げ 温野菜 フルーツ	米・札幌産もも・胡麻 茄子・三つ葉 レパール・生姜・片栗粉・小麦粉 フロッコリー・じゃが芋・人参・マヨドレ フルーツ	牛乳	牛乳

*材料の在庫状況や、配達、天候等の都合により、献立を変更させて頂く場合がございます。

*午前おやつは牛乳をご提供致します。

*だし汁には、かつお節・昆布・煮干しを使用しています。

*調味料として、醤油・三浦輪・塩・味噌・サラダ油・ごま油・酢・コンソメ・中華だしを使用しています。

*9月のフルーツは、バナナ・りんご・ぶどう・梨・オレンジを使用する予定です。

瑞江わんぱく保育園

日	曜日	昼食	材料	おやつ	材料
16	水	スパゲティミートソース コンソメスープ 大根とコーンのサラダ フルーツポンチ	スパゲティ・豚挽肉・玉葱・人参・ピーマン・にんにく・小麦粉・カットトマト・ケチャップ 小松菜・人参 大根・枝豆・コーン 黄桃缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	いなり寿司(軟飯)	米・油揚げ
17	木	軟飯 野菜スープ サーモンフライ キャベツサラダ フルーツ	米 玉葱・ほうれん草・人参 さけ・小麦粉・パン粉・ソース ツナ・キャベツ・人参 フルーツ	ジョア	ジョア
18	金	軟飯 コンソメスープ ポトフ 大根サラダ フルーツ	米 もやし・しめじ 鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参 大根・胡瓜・コーン・ごま油・胡麻 フルーツ	オレンジゼリー	オレンジジュース 寒天・みかん缶 ゼリー
19	土	焼きうどん 中華スープ フロッコリーとツナのサラダ フルーツ	うどん・豚肉・キャベツ・玉葱・人参・ピーマン・かつお節 もやし・長葱 フロッコリー・人参・ツナ・ごま油 フルーツ	きな粉蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー きな粉
20	日	炒飯(軟飯) 中華スープ 春巻き フルーツ	米・長葱・焼豚・人参・ピーマン 青梗菜・玉葱 春巻きの皮・豚挽肉・春雨・玉葱・筍・人参・にら・干し椎茸・片栗粉 フルーツ	人參蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー 人参
21	月	軟飯 ずまし汁 たらの味噌マヨ焼き 茄子のそぼろ炒め フルーツ	米 そうめん・長葱 たら・マヨドレ 鶏挽肉・茄子・万能葱 フルーツ	マカロニきな粉	マカロニ・きな粉
22	火	ナポリタン コンソメスープ フロッコリーサラダ フルーツ	スパゲティ・ウインナー・玉葱・ピーマン・マッシュルーム・ケチャップ もやし・長葱・しめじ ツナ・フロッコリー・人参 フルーツ	おはぎ(軟飯)	米・きな粉・胡麻
23	水	レーズンロール きのこのスープ 鶏肉のり温唐揚げ ポトフサラダ・フルーツ	レーズンロール 人参・えのき・干し椎茸・ドライパセリ 鶏肉・にんにく・青のり・小麦粉・片栗粉 じゃが芋・胡瓜・人参・マヨドレ フルーツ	フライドポテト	じゃが芋
24	木	わかめ軟飯 味噌汁 ハンバーグきのこソース 青梗菜の胡麻和え フルーツポンチ	米・わかめごはんの素 鮭・胡瓜 豚挽肉・豆腐・玉葱・片栗粉・しめじ・えのき・片栗粉 青梗菜・人参・胡麻 黄桃缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	ジョア	ジョア ホットケーキミックス 豆乳
25	金	五目うどん 豆腐チャンプルー ヨーグルト	うどん・白菜・大根・人参・油揚げ・干し椎茸 豆腐・豚肉・キャベツ・人参・長葱・ごま油・かつお節 ヨーグルト	青菜軟飯	米・菜ゆしの素
26	土	ハヤシライス(軟飯) コンソメスープ もやしとコーンのサラダ フルーツ	米・豚肉・玉葱・にんにく・玉葱・マッシュルーム・小豆蔻・バター・ケチャップ・トマトピューレ・ソース・グリーンピース 白菜・玉葱 ツナ・もやし・胡瓜・コーン・ごま油 フルーツ	牛乳	牛乳
27	日	軟飯 味噌汁 たらの香味揚げ 小松菜の胡麻和え フルーツ	米 もやし・長葱 たら・小麦粉・万能葱・生姜 小松菜・人参・胡麻 フルーツ	せんべい ビスケット	せんべい ビスケット
28	月	ケチャップライス(軟飯) コンソメスープ ポテトコロケ 茄子とトマトのサラダ フルーツ	米・ツナ・玉葱・マッシュルーム・コーン・ケチャップ 冬瓜・玉葱 じゃが芋・豚挽肉・玉葱・小麦粉・パン粉・ケチャップ・ソース 茄子・トマト・ごま油 フルーツ	きな粉ボール	ホットケーキミックス きな粉・スキムミルク バター・牛乳
29	火	軟飯 中華風かき玉汁 チャプチェ 青梗菜のナムル フルーツポンチ	米 万能葱・卵・片栗粉 豚肉・生姜・人参・筍・玉葱・にら・春雨・干し椎茸・ごま油 青梗菜のナムル 黄桃缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	牛乳	牛乳
30	水	鶏肉と野菜のうどん ツナじゃが フルーツ	うどん・鶏肉・小松菜・人参 ツナ・じゃが芋・玉葱・人参 フルーツ	いなり寿司(軟飯)	米・油揚げ

