

9月離乳献立表(後期)

令和7年8月27日発行 木の実保育園

日付	献立名		食品名	エネルギー	たんぱく質
	おひる	おやつ		脂 質	食塩相当量
01 (月)	・軟飯・ささみと青菜の煮物 ・五目納豆・味噌汁(じゃが芋・えのき) ・オレンジ	・蒸しパン	・米・ささ身・たまねぎ・かつお・昆布・片栗粉・しょうゆ・こまつな・納豆・しらす干し・しいたけ・にんじん・砂糖・じゃがいも・えのき・みそ・オレンジ・小麦粉・ベーキングパウダー・油・フォローアップミルク	259Kcal	11.2g
					5.6g 0.8g
02 (火)	・食パン・豆腐ハンバーグ ・ビーンズサラダ・トマトスープ ・ヨーグルト	・栗ごはん	・食パン・豚ひき肉・豆腐・たまねぎ・片栗粉・かつお・昆布・しょうゆ・大豆水煮・にんじん・きゅうり・コーン・砂糖・キャベツ・じゃがいも・ホールトマト・食塩・ヨーグルト・米・くり・昆布	223Kcal	9.6g
					5.8g 1.0g
03 (水)	・あんかけささみ軟飯 ・きゅうりとにんじんのサラダ ・味噌汁(小松菜・切干大根)・バナナ	・みかんケーキ	・米・かつお・昆布・ささ身・たまねぎ・じゃがいも・しょうゆ・片栗粉・きゅうり・にんじん・もやし・穀物酢・砂糖・こまつな・切干大根・みそ・バナナ・小麦粉・ベーキングパウダー・オレンジジュース・油・みかん缶詰	199Kcal	7.3g
					3.3g 0.9g
04 (木)	・軟飯・豆乳シチュー ・小松菜と春雨の和え物 ・ヨーグルト	・マカロニきな粉	・米・ささ身・たまねぎ・にんじん・じゃがいも・豆乳・食塩・片栗粉・こまつな・にんじん・はるさめ・穀物酢・砂糖・しょうゆ・ヨーグルト・マカロニ・きな粉	189Kcal	10.2g
					3.2g 0.2g
05 (金)	・軟飯・ささみのあんとじ ・キャベツの甘酢和え ・味噌汁(ごぼう・玉葱・わかめ)・オレンジ	・ツナおにぎり	・米・ささ身・たまねぎ・にんじん・ピーマン・かつお・昆布・しょうゆ・片栗粉・キャベツ・きゅうり・コーン・穀物酢・砂糖・食塩・ごぼう・わかめ・みそ・オレンジ・ツナ	187Kcal	9.2g
					1.6g 0.8g
08 (月)	・軟飯・鮭と玉葱の煮物・ツナサラダ ・味噌汁(玉ねぎ・わかめ・さつまいも) ・バナナ	・お麩ラスク	・米・さけ・たまねぎ・かつお・昆布・しょうゆ・片栗粉・ツナ・キャベツ・にんじん・きゅうり・油・穀物酢・砂糖・食塩・わかめ・さつまいも・みそ・バナナ・麩・ソイレブルー	199Kcal	9.3g
					6.4g 0.6g
09 (火)	・豆腐とひき肉のあんかけ丼 ・マカロニサラダ ・味噌汁(なす・玉ねぎ・わかめ)・オレンジ	・レーズン入り蒸しパン	・米・鶏ひき肉・豆腐・にんじん・長ねぎ・かつお・昆布・しょうゆ・砂糖・片栗粉・マカロニ・コーン・にんじん・きゅうり・マヨドレ・食塩・なす・たまねぎ・わかめ・みそ・オレンジ・ホットケーキミックス・豆乳・油・レーズン	215Kcal	6.5g
					4.9g 0.7g
10 (水)	・軟飯・ささみとキャベツの味噌煮 ・しらすときゅうりの酢の物 ・味噌汁(ほうれん草・じゃが芋・麩)・バナナ	・いちごジャムサンド	・米・ささ身・キャベツ・かつお・昆布・みそ・片栗粉・きゅうり・食塩・もやし・しらす干し・にんじん・穀物酢・砂糖・しょうゆ・バナナ・食パン・いちごジャム・ソイレブルー	176Kcal	9.0g
					2.1g 0.5g
11 (木)	・軟飯・豆腐ハンバーグ ・ひじきの和風サラダ ・味噌汁(もやし・まいたけ・小松菜) ・ヨーグルト	・大学芋	・米・豆腐・鶏ひき肉・たまねぎ・食塩・小麦粉・しょうゆ・本みりん・乾ひじき・キャベツ・きゅうり・コーン・にんじん・マヨドレ・ミニトマト・かつお・昆布・高野豆腐・まいたけ・こまつな・みそ・ヨーグルト・さつまいも・砂糖	240Kcal	9.1g
					6.3g 0.9g
12 (金)	・軟飯・ささみとピーマンの煮物 ・高野豆腐と切干大根の煮物 ・味噌汁(しめじ・わかめ・玉葱)・オレンジ	・災害時用おやつ	・米・ささ身・ピーマン・たまねぎ・かつお・昆布・しょうゆ・片栗粉・高野豆腐・切干大根・にんじん・かつおだし・砂糖・しめじ・わかめ・みそ・オレンジ	127Kcal	7.8g
					0.9g 0.8g
16 (火)	・食パン・豆腐ハンバーグ ・ビーンズサラダ・トマトスープ ・ヨーグルト	・栗ごはん	・食パン・豚ひき肉・豆腐・たまねぎ・片栗粉・かつお・昆布・しょうゆ・大豆水煮・にんじん・きゅうり・コーン・砂糖・キャベツ・じゃがいも・ホールトマト・食塩・ヨーグルト・米・くり・昆布	223Kcal	9.6g
					5.8g 1.0g
17 (水)	・軟飯・豆腐の人参あんかけ ・ほうれん草と葱のすまし汁 ・きゅうりとわかめの酢の物・オレンジ	・蒸しパン	・米・豆腐・にんじん・もやし・かつお・昆布・しょうゆ・片栗粉・豚ひき肉・ほうれんそう・長ねぎ・食塩・だいこん・きゅうり・わかめ・穀物酢・砂糖・オレンジ・小麦粉・ベーキングパウダー・油・フォローアップミルク	251Kcal	7.5g
					7.2g 0.5g
18 (木)	・軟飯・豆乳シチュー ・小松菜と春雨の和え物 ・ヨーグルト	・マカロニきな粉	・米・ささ身・たまねぎ・にんじん・じゃがいも・豆乳・食塩・片栗粉・こまつな・にんじん・はるさめ・穀物酢・砂糖・しょうゆ・ヨーグルト・マカロニ・きな粉	189Kcal	10.2g
					3.2g 0.2g
19 (金)	・軟飯・ささみのあんとじ ・キャベツの甘酢和え ・味噌汁(ごぼう・玉葱・わかめ)・オレンジ	・ツナおにぎり	・米・ささ身・たまねぎ・にんじん・ピーマン・かつお・昆布・しょうゆ・片栗粉・キャベツ・きゅうり・コーン・穀物酢・砂糖・食塩・ごぼう・わかめ・煮干し・みそ・オレンジ・ツナ	187Kcal	9.2g
					1.6g 0.8g
22 (月)	・軟飯・鮭と玉葱の煮物・ツナサラダ ・味噌汁(玉ねぎ・わかめ・さつまいも) ・バナナ	・お麩ラスク	・米・さけ・たまねぎ・かつお・昆布・しょうゆ・片栗粉・ツナ・キャベツ・にんじん・きゅうり・油・穀物酢・砂糖・食塩・わかめ・さつまいも・みそ・バナナ・麩・ソイレブルー	199Kcal	9.3g
					6.4g 0.6g
24 (水)	・軟飯・ささみとキャベツの味噌煮 ・しらすときゅうりの酢の物・きざみきゅうり ・バナナ	・いちごジャムサンド	・米・ささ身・キャベツ・かつお・昆布・みそ・片栗粉・きゅうり・食塩・もやし・しらす干し・にんじん・穀物酢・砂糖・しょうゆ・バナナ・食パン・いちごジャム・ソイレブルー	176Kcal	9.0g
					2.1g 0.6g
25 (木)	・軟飯・豆腐ハンバーグ ・ひじきの和風サラダ ・味噌汁(もやし・まいたけ・小松菜) ・ヨーグルト	・きな粉おにぎり	・米・豆腐・鶏ひき肉・たまねぎ・食塩・小麦粉・しょうゆ・本みりん・乾ひじき・キャベツ・きゅうり・コーン・にんじん・マヨドレ・ミニトマト・かつお・昆布・高野豆腐・まいたけ・こまつな・みそ・ヨーグルト・きな粉	240Kcal	9.1g
					6.3g 0.9g
26 (金)	・軟飯・ささみとピーマンの煮物 ・高野豆腐と切干大根の煮物 ・味噌汁(しめじ・わかめ・玉葱)・オレンジ	・蒸しパン	・米・ささ身・ピーマン・たまねぎ・かつお・昆布・しょうゆ・片栗粉・高野豆腐・切干大根・にんじん・かつおだし・砂糖・ほんしめじ・わかめ・みそ・オレンジ・小麦粉・ベーキングパウダー・油・フォローアップミルク	254Kcal	10.3g
					5.4g 0.9g
29 (月)	・軟飯・かれいのほぐし煮 ・豆腐サラダ ・味噌汁(小松菜・さつまいも)・バナナ	・ひじき軟飯	・米・かれい・かつお・昆布・砂糖・しょうゆ・片栗粉・豆腐・キャベツ・にんじん・きゅうり・コーン・穀物酢・さつまいも・こまつな・みそ・バナナ・乾ひじき	206Kcal	7.9g
					1.2g 0.7g
30 (火)	・豆腐とひき肉のあんかけ丼 ・マカロニサラダ ・味噌汁(なす・玉ねぎ・わかめ)・オレンジ	・レーズン入り蒸しパン	・米・鶏ひき肉・豆腐・にんじん・長ねぎ・かつお・昆布・しょうゆ・砂糖・片栗粉・マカロニ・コーン・にんじん・きゅうり・マヨドレ・食塩・なす・たまねぎ・わかめ・みそ・オレンジ・ホットケーキミックス・豆乳・油・レーズン	215Kcal	6.5g
					4.9g 0.7g

※食材の調達状況により、食材・メニュー変更になることがあります。