

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・ささみのあんとし ・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	・お麴ラスク	・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・麴・ソ イレブール	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・麴)・バナ	・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 ブール	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・ささみのあんとし ・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	・お麴ラスク	・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・麴・ソ イレブール	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 ブール	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・かれのいほぐし煮 ・豆腐サラダ ・味噌汁(小松菜・さつま芋)・バナナ	・ひじき軟飯	・米・かれのい・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。