

令和6年9月

離乳食献立表

後期(9か月から11か月頃)

ハンビ保育園梅島園

日	曜日	午前食+ミルク(10時~11時) 午後食+ミルク(2時半~3時頃)	食 材			その他
			血や肉を作るもの(赤)	熱や力となるもの(黄)	体の調子をよくするもの(緑)	調味料等
230	月	5倍粥 魚と野菜煮 清汁 果物	魚	米 片栗粉,三温糖	玉葱,人参,小松菜 大根,葉葱	醤油,かつお節 醤油,かつお節
		5倍粥 肉野菜煮	豚肉	米 片栗粉	玉葱,小松菜,人参	醤油,かつお節
317	火	5倍粥 なすのやわらか煮 豆腐とチンゲン菜のスープ 果物	豆腐	米 片栗粉,白砂糖	胡瓜,なす,人参 チンゲン菜,葱	醤油,かつお節 醤油,かつお節
		さつま芋そうすい		米,さつま芋		かつお節
		肉団子と野菜の煮物	豚肉	片栗粉	人参,チンゲン菜	醤油,かつお節
418	水	5倍粥 豆腐と野菜の煮物 清汁 果物	豆腐	米 片栗粉	玉葱,人参 青菜,葱	醤油,かつお節 醤油,かつお節
		青のりおおかそうすい	青のり,かつお節	米		かつお節
		じゃが芋のそぼろ煮	豚肉	じゃが芋,片栗粉,白砂糖	人参,玉葱	醤油,かつお節
519	木	トースト 鶏肉と野菜の磯煮 野菜スープ 果物	青のり,鶏肉	食パン じゃが芋,片栗粉	人参 人参,玉葱	醤油,かつお節 醤油,かつお節
		きな粉粥5倍	きな粉	米		醤油,かつお節
		キャベツのそぼろ煮	鶏肉	片栗粉	人参,玉葱	醤油,かつお節
620	金	煮込みうどん キャベツの煮物 果物	鶏肉	干しうどん,片栗粉 片栗粉	葱 人参,胡瓜,人参	醤油,かつお節 醤油,かつお節
		わかめそうすい	わかめ	米		かつお節
		高野豆腐の野菜煮	高野豆腐	片栗粉,白砂糖	人参,葱	醤油,かつお節
721	土	5倍粥 肉じゃが みそ汁 果物	豚肉 みそ	米 じゃが芋,片栗粉,三温糖	玉葱,人参 青菜,葱	醤油,かつお節 かつお節
		グリーンピースそうすい		米	グリーンピース,冷	かつお節
		麩と野菜の煮物		片栗粉,玉ふ	青菜,人参	醤油,かつお節
9	月	5倍粥 魚と野菜のみそ煮 清汁 果物	魚,みそ	米 片栗粉,白砂糖	人参 大根,玉葱	かつお節 醤油,かつお節
		のりそうすい	刻みのり	米		かつお節
		鶏野菜煮	鶏肉	片栗粉	大根,玉葱,人参	醤油,かつお節
1024	火	5倍粥 麩とじゃが芋の煮物 清汁 果物		米 じゃが芋,片栗粉,白砂糖,玉ふ	人参,胡瓜,人参 青菜,玉葱	醤油,かつお節 醤油,かつお節
		トースト 肉野菜スープ	豚肉	食パン 片栗粉	人参,玉葱,人参	醤油,かつお節
		5倍粥 野菜煮 豆腐のみそ汁 果物	豆腐,みそ	米 片栗粉	胡瓜,大根,人参 葱	醤油,かつお節 かつお節
1125	水	ねぎそうすい		米	葱	かつお節
		鶏肉とわかめの煮物	わかめ,鶏肉	片栗粉	大根,人参	醤油,かつお節
		トースト 豚肉と野菜の煮物 かぼちゃのスープ 果物	豚肉	食パン 片栗粉	人参,青菜,人参 南瓜,玉葱	醤油,かつお節 醤油,かつお節
1226	木	そばそうすい	豚肉	米	玉葱	かつお節
		野菜煮		片栗粉	グリーンピース,冷,人参	醤油,かつお節
		トースト 鶏肉と野菜のトマト煮 果物	鶏肉	干しうどん 片栗粉	玉葱,人参 人参,胡瓜,人参,トマト	醤油,かつお節 醤油,かつお節
1327	金	ひじきそうすい	干しひじき	米		かつお節
		鶏肉と野菜の煮物	鶏肉	片栗粉	玉葱,人参	醤油,かつお節
		5倍粥 鶏と野菜のやわらか煮 みそ汁 果物	鶏肉 みそ	米 片栗粉,白砂糖 さつま芋	胡瓜,人参 玉葱	醤油,かつお節 かつお節
1428	土	そばそうすい	鶏肉	米	葱	かつお節
		三色野菜煮		片栗粉	胡瓜,人参	醤油,かつお節

今月の平均栄養価 エネルギー: 427 kcal たんぱく質: 14.3g 脂質: 12.8g

○今月の使用予定果物: バナナ・みかん缶(入荷状況等により日々の使用果物を決定します)

○献立(食材)は、園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。献立が変更になった場合は、お知らせします。