

9月の予定献立表【幼児・離乳食完了期】

3歳未満児 エネルギー 443kcal たんぱく質 17.2g 脂質 13.9g  
 3歳以上児 エネルギー 556kcal たんぱく質 22.7g 脂質 15.8g

発行日：令和5年8月吉日  
 作成者：管理栄養士 高瀬

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1	金	ごはん キャベツの味噌汁 鮭のマヨネーズ焼き ちくわと人参のきんぴら	牛乳(午前) ビスケット 牛乳(午後) フライドポテト	牛乳・鮭・ちくわ	ビスケット・米・卵なしマヨネーズ・こんにゃく・ごま油・さとう・ごま・フライドポテト・なたね油	キャベツ・たまねぎ・にんじん
2	土	お弁当	麦茶 せんべい(午前) 麦茶 ビスケット(午後)			
4	月	ごはん 玉ねぎの味噌汁 厚揚げのそぼろ煮 しらすときゅうりの酢の物	牛乳(午前) ビスケット 牛乳(午後) ★きなこクッキー	牛乳・鶏肉・厚揚げ・しらす干し・かにかまぼこ・きな粉	ビスケット・米・焼きふ・ごま油・さとう・片栗粉・砂糖・小麦粉・バター	たまねぎ・にんじん・しょうが・きゅうり
5	火	食パン オニオンスープ チリコンカン オレンジ	牛乳(午前) せんべい 牛乳(午後) ★わかめおにぎり	牛乳・大豆・豚肉	せんべい・食パン・さとう・片栗粉・米	たまねぎ・にんじん・グリーンピース・トマト缶・オレンジ・炊き込みわかめ
6	水	ごはん 大根の味噌汁 豚肉のくわ焼き ポテトサラダ	牛乳(午前) せんべい 牛乳(午後) ★ジャムサンドクラッカー	牛乳・豚肉・ハム	せんべい・米・さとう・ごま油・ごま・じゃがいも・卵なしマヨネーズ・クラッカー	だいこん・にんじん・わかめ・たまねぎ・青ピーマン・きゅうり・ブルーベリージャム
7	木	ごはん 芋煮汁 たら西京焼き きゅうりの香味漬	牛乳(午前) ウエハース 牛乳(午後) ★お麩スナック	牛乳・豚肉・たら	ウエハース・米・さともいも・板こんにゃく・さとう・ごま油・焼きふ・グラニュー糖・バター	にんじん・ごぼう・きゅうり・おろしにんにく・しょうが
8	金	ごはん じゃがいもの味噌汁 からあげ ほうれん草のごま和え	牛乳(午前) クラッカー 牛乳(午後) ★フルーチェ	牛乳・鶏肉・ちくわ	クラッカー・米・じゃがいも・小麦粉・なたね油・さとう・ごま・フルーチェ	たまねぎ・にんじん・しょうが・ほうれん草・りよくとうもやし
9	土	お弁当	麦茶 せんべい(午前) 麦茶 せんべい(午後)			
11	月	ごはん 玉ねぎの味噌汁 高野豆腐の煮物 ブロッコリーのツナ和え	牛乳(午前) ビスケット 牛乳(午後) ★おうとうケーキ	牛乳・高野豆腐・ツナ	ビスケット・米・さとう・ホットケーキミックス・バター	たまねぎ・にんじん・ねぎ・グリーンピース・しいたけ・ブロッコリー・コーン・もも缶詰
12	火	ごはん 麩の味噌汁 鶏肉の照り焼き 五色和え	牛乳(午前) クラッカー 牛乳(午後) ★ツナサンド	牛乳・鶏肉・ツナ	クラッカー・米・焼きふ・さとう・食パン・卵なしマヨネーズ	たまねぎ・にんじん・こまつな・りよくとうもやし・ぶなしめじ・コーン
13	水	ごはん もやしの味噌汁 豚肉の柳川風 粉ふきいも	牛乳(午前) せんべい 牛乳(午後) ★ぶどうゼリー おしゃぶり昆布	牛乳・豚肉・鶏卵	せんべい・米・しらたき・さとう・なたね油・じゃがいも	りよくとうもやし・にんじん・ねぎ・ごぼう・たまねぎ・ねぎ・あおのり・寒天・ぶどうジュース・こんぶ
14	木	ごはん さつまいもの味噌汁 さばの塩焼き 小松菜の煮浸し	牛乳(午前) ウエハース 牛乳(午後) ★焼きそば	牛乳・さば・油揚げ・豚肉・かつお節	ウエハース・米・さつまいも・さとう・中華めん・ごま油	たまねぎ・にんじん・こまつな・にんじん・あおのり
15	金	ごはん わかめスープ 八宝菜 春雨サラダ	牛乳(午前) ビスケット 牛乳(午後) クレープ	牛乳・豚肉・えび・ハム	ビスケット・米・片栗粉・ごま油・春雨・さとう・クレープ	たまねぎ・にんじん・わかめ・青ピーマン・はくさい・たけのこ・しいたけ・しょうが・きゅうり
16	土	お弁当	麦茶 せんべい(午前) 麦茶 せんべい(午後)			
18	月	敬老の日				
19	火	【食育の日】「愛知県の郷土料理」 ごはん たまねぎのすまし汁 味噌おでん キャベツのおかか和え	牛乳(午前) せんべい 牛乳(午後) ★小倉トースト	牛乳・厚揚げ・さつま揚げ・かつお節・こしあん	せんべい・米・さともいも水煮・こんにゃく・さとう・食パン・バター	たまねぎ・にんじん・ねぎ・だいこん・キャベツ
20	水	ごはん えのきのすまし汁 さわらの塩麹焼き 切り干し大根の煮物	牛乳(午前) ビスケット 牛乳(午後) ★じゃがいももち	牛乳・さわら・油揚げ	ビスケット・米・ごま油・さとう・じゃがいも・片栗粉・なたね油	えのきたけ・たまねぎ・にんじん・切干しだいこん
21	木	カレーうどん もやしの塩昆布和え チーズ	牛乳(午前) クラッカー 牛乳(午後) ★鮭おにぎり	牛乳・牛肉・油揚げ・チーズ・鮭フレーク	クラッカー・うどん・さとう・カレールウ・片栗粉・米	にんじん・たまねぎ・ねぎ・りよくとうもやし・きゅうり・塩昆布
22	金	ごはん ほうれん草の味噌汁 筑前煮 バナナ	牛乳(午前) せんべい 牛乳(午後) マリー	牛乳・鶏肉	せんべい・米・こんにゃく・さとう・マリー	ほうれん草・たまねぎ・にんじん・にんじん・れんこん・ごぼう・しいたけ・バナナ
23	土	秋分の日				
25	月	ハヤシライス コーンサラダ ヨーグルト	牛乳(午前) せんべい 牛乳(午後) ★かぼちゃ蒸しパン	牛乳・牛肉・ヨーグルト	せんべい・米・ハヤシルウ・さとう・なたね油・ホットケーキミックス	ぶなしめじ・たまねぎ・コーン・にんじん・ブロッコリー・かぼちゃ
26	火	ごはん 白菜の味噌汁 鮭の塩焼き 五目豆	牛乳(午前) せんべい 牛乳(午後) 梨	牛乳・鮭・大豆・さつま揚げ	せんべい・米・こんにゃく・さとう	はくさい・たまねぎ・にんじん・ごぼう・なし
27	水	ごはん なすの味噌汁 肉じゃが マカロニサラダ	牛乳(午前) ウエハース 牛乳(午後) ★青のりトースト	牛乳・豚肉・ハム	ウエハース・米・じゃがいも・しらたき・さとう・マカロニ・卵なしマヨネーズ・食パン	なす・にんじん・たまねぎ・グリーンピース・きゅうり・あおのり
28	木	【お誕生日会】 ごはん 野菜スープ お豆腐ナゲット れんこんの和風サラダ	牛乳(午前) せんべい 牛乳(午後) あられ	牛乳・鶏肉・木綿豆腐	せんべい・米・ごま油・小麦粉・卵なしマヨネーズ・あられ	キャベツ・にんじん・たまねぎ・にんにく・しょうが・れんこん・ひじき
29	金	ごはん しめじの味噌汁 豚肉のしょうが焼き 切り干しサラダ	牛乳(午前) ビスケット 牛乳(午後) ★さつまいも団子	牛乳・豚肉・きな粉	ビスケット・米・さとう・ごまドレッシング・さつまいも・片栗粉・さとう	ぶなしめじ・たまねぎ・にんじん・ねぎ・しょうが・切干しだいこん・こまつな
30	土	お弁当	麦茶 ビスケット(午前) 麦茶 せんべい(午後)			

※材料などの都合により、献立が変更になる場合がございます。※卵はすべて完全に加熱した状態で提供致します(加工品含む)。  
 ※午前のおやつは未満児のみの提供です。★印のおやつは手作りで。  
 19日は食育(しょくいく)の日です。今月は「愛知県の郷土料理」を提供します。

# 献立表

令和 05年09月(離乳食・後期)

施設名 石山くじら保育園

日付	献立名		食品名
	午前おやつ	昼食 午後おやつ	
1 (金)	・ビスケット	・おかゆ・キャベツの味噌汁・鮭のだし煮・ゆでにんじん ★ポテスティック	・ビスケット・米・キャベツ・たまねぎ・淡色辛みそ・かつお・こんぶだし・鮭・にんじん・じゃがいも・なたね油
2 (土)	・せんべい	お弁当 ・ウエハース	
4 (月)	・ビスケット	・おかゆ・玉ねぎの味噌汁・野菜のそぼろ煮・きゅうりとしらすの煮物 ★きなこクッキー	・ビスケット・米・たまねぎ・にんじん・淡色辛みそ・かつお・こんぶだし・鶏肉・きゅうり・しらす干し・小麦粉・さとう・バター・きな粉
5 (火)	・せんべい	・食パン・オニオンスープ・大豆のトマト煮・オレンジ ★わかめがゆ	・せんべい・食パン・たまねぎ・野菜だし・大豆・豚肉・にんじん・トマト缶・グリーンピース・片栗粉・オレンジ・米・わかめ
6 (水)	・せんべい	・おかゆ・大根の味噌汁・豚肉の野菜煮・じゃがいもときゅうりの煮物 ・ビスケット	・せんべい・米・だいこん・にんじん・淡色辛みそ・かつお・こんぶだし・豚肉・たまねぎ・にんじん・じゃがいも・きゅうり・ビスケット
7 (木)	・ウエハース	・おかゆ・芋煮汁・たらのだし煮・きゅうりの煮物 ★お麩スナック	・ウエハース・米・豚肉・さといも水煮・にんじん・かつお・こんぶだし・たら・きゅうり・焼きふ・グラニュー糖・バター
8 (金)	・せんべい	・おかゆ・じゃがいもの味噌汁・鶏肉と人参の煮物・ほうれん草の煮物 ・ビスケット	・せんべい・米・じゃがいも・にんじん・ねぎ・淡色辛みそ・かつお・こんぶだし・鶏肉・グリーンピース・ほうれん草・りょくとうもやし・ビスケット
9 (土)	・せんべい	お弁当 ・ビスケット	
11 (月)	・ビスケット	・おかゆ・玉ねぎの味噌汁・高野豆腐の煮物・ブロッコリーの煮物 ★蒸しパン	・ビスケット・米・たまねぎ・にんじん・ねぎ・淡色辛みそ・かつお・こんぶだし・高野豆腐・グリーンピース・ブロッコリー・コーン・ホットケーキミックス・牛乳・なたね油
12 (火)	・せんべい	・おかゆ・玉ねぎの味噌汁・鶏肉と人参の煮物・小松菜の煮物 ★ツナサンド	・せんべい・米・たまねぎ・にんじん・焼きふ・淡色辛みそ・かつお・こんぶだし・鶏肉・グリーンピース・こまつな・りょくとうもやし・コーン・食パン・ツナ
13 (水)	・せんべい	・おかゆ・もやしの味噌汁・豚肉の野菜煮・じゃがいものあおのりあえ ★ビスケット	・せんべい・米・にんじん・りょくとうもやし・淡色辛みそ・かつお・こんぶだし・豚肉・たまねぎ・じゃがいも・あおのり・ビスケット
14 (木)	・ウエハース	・おかゆ・さつまいもの味噌汁・たらのだし煮・小松菜の煮物 ★肉うどん	・ウエハース・米・さつまいも・たまねぎ・にんじん・淡色辛みそ・かつお・こんぶだし・たら・こまつな・うどん・豚肉
15 (金)	・ビスケット	・おかゆ・オニオンスープ・豚肉の野菜煮・春雨の煮物 ・せんべい	・ビスケット・米・たまねぎ・野菜だし・豚肉・はくさい・にんじん・青ピーマン・かつお・こんぶだし・春雨・きゅうり・せんべい
16 (土)	・せんべい	お弁当 ・ビスケット	
18 (月)	<b>敬老の日</b>		
19 (火)	・せんべい	・おかゆ・玉ねぎのすまし汁・豆腐と野菜の味噌汁・キャベツの煮物 ★シュガートースト	・せんべい・米・たまねぎ・にんじん・ねぎ・かつお・こんぶだし・絹ごし豆腐・だいこん・さといも水煮・淡色辛みそ・キャベツ・食パン・なたね油・さとう
20 (水)	・ビスケット	・おかゆ・人参のすまし汁・さわらのだし煮・切り干し大根の煮物 ★じゃがいものおやき	・ビスケット・米・にんじん・たまねぎ・かつお・こんぶだし・さわら・切干しだいこん・にんじん・じゃがいも・片栗粉・濃口しょうゆ
21 (木)	・せんべい	・肉うどん・もやしときゅうりの煮物・人参の煮物 ★あおのりがゆ	・せんべい・うどん・牛肉・たまねぎ・にんじん・ねぎ・かつお・こんぶだし・りょくとうもやし・きゅうり・米・あおのり
22 (金)	・せんべい	・おかゆ・ほうれん草の味噌汁・鶏肉と人参の煮物・バナナ ・ビスケット	・せんべい・米・ほうれん草・たまねぎ・にんじん・淡色辛みそ・かつお・こんぶだし・鶏肉・グリーンピース・バナナ・ビスケット
23 (土)	<b>秋分の日</b>		
25 (月)	・せんべい	・おかゆ・人参スープ・豚肉と玉ねぎの煮物・ブロッコリーの煮物 ★かぼちゃ蒸しパン	・せんべい・米・にんじん・野菜だし・豚肉・たまねぎ・ブロッコリー・ホットケーキミックス・牛乳・なたね油・かぼちゃ
26 (火)	・せんべい	・おかゆ・白菜の味噌汁・鮭のだし煮・大豆の煮物 ・梨	・せんべい・米・はくさい・たまねぎ・にんじん・淡色辛みそ・かつお・こんぶだし・鮭・大豆・なし
27 (水)	・ウエハース	・おかゆ・なすの味噌汁・肉じゃが・マカロニ煮 ★青のリトースト	・ウエハース・米・なす・たまねぎ・にんじん・淡色辛みそ・かつお・こんぶだし・豚肉・じゃがいも・グリーンピース・マカロニ・きゅうり・食パン・牛乳・あおのり
28 (木)	・せんべい	・おかゆ・野菜スープ・豆腐ハンバーグ・ひじきの煮物 ・ビスケット	・せんべい・米・キャベツ・たまねぎ・野菜だし・鶏肉・絹ごし豆腐・片栗粉・ひじき・にんじん・ビスケット
29 (金)	・ビスケット	・おかゆ・玉ねぎの味噌汁・豚肉の野菜煮・切り干し大根の煮物 ★さつまいもきな粉	・ビスケット・米・たまねぎ・にんじん・ねぎ・淡色辛みそ・かつお・こんぶだし・豚肉・切干しだいこん・さつまいも・きな粉
30 (土)	・せんべい	お弁当 ・ウエハース	

※離乳食の進み具合に応じて、提供する食材、味付け、形態を変えさせていただきます。材料などの都合により、献立が変更になる場合がございます。

★印のおやつは、手作りです。

# 献立表

令和 05年09月(離乳食・中期)

施設名 石山くじら保育園

日付	昼食	食品名
1 (金)	・おかゆ・キャベツのすまし汁・鮭のだし煮・人参の煮物	米・キャベツ・たまねぎ・かつお・こんぶだし・鮭・にんじん
2 (土)	お弁当	
4 (月)	・おかゆ・玉ねぎのすまし汁・野菜のそぼろ煮・きゅうりの煮物	米・たまねぎ・にんじん・かつお・こんぶだし・鶏肉・きゅうり
5 (火)	・食パン・オニオンスープ・豆腐の野菜煮・オレンジ	食パン・たまねぎ・野菜だし・にんじん・オレンジ
6 (水)	・おかゆ・大根のすまし汁・鶏肉の野菜煮・じゃがいもときゅうりの煮物	米・だいこん・にんじん・かつお・こんぶだし・鶏肉・たまねぎ・にんじん・じゃがいも・きゅうり
7 (木)	・おかゆ・人参のすまし汁・たらのだし煮・きゅうりの煮物	米・にんじん・かつお・こんぶだし・たら・きゅうり
8 (金)	・おかゆ・じゃがいものすまし汁・鶏肉と人参の煮物・ほうれん草の煮物	米・じゃがいも・にんじん・かつお・こんぶだし・鶏肉・ほうれん草
9 (土)	お弁当	
11 (月)	・おかゆ・玉ねぎのすまし汁・豆腐の煮物・ブロッコリーの煮物	米・たまねぎ・にんじん・かつお・こんぶだし・豆腐・ブロッコリー
12 (火)	・おかゆ・玉ねぎのすまし汁・鶏肉と人参の煮物・小松菜の煮物	米・たまねぎ・にんじん・かつお・こんぶだし・鶏肉・こまつな
13 (水)	・おかゆ・人参のすまし汁・鯛のだし煮・じゃがいもの煮物	米・にんじん・たまねぎ・かつお・こんぶだし・鯛・じゃがいも
14 (木)	・おかゆ・さつまいものすまし汁・たらのだし煮・小松菜の煮物	米・さつまいも・たまねぎ・にんじん・かつお・こんぶだし・たら・こまつな
15 (金)	・おかゆ・オニオンスープ・鶏肉の野菜煮・きゅうりの煮物	米・たまねぎ・野菜だし・鶏肉・はくさい・にんじん・かつお・こんぶだし・きゅうり
16 (土)	お弁当	
18 (月)	敬老の日	
19 (火)	・おかゆ・玉ねぎのすまし汁・豆腐と野菜の煮物・キャベツの煮物	米・たまねぎ・にんじん・豆腐・大根・キャベツ
20 (水)	・おかゆ・玉ねぎのすまし汁・鮭のだし煮・人参の煮物	米・にんじん・たまねぎ・かつお・こんぶだし・鮭
21 (木)	・肉うどん・きゅうりの煮物・人参の煮物	うどん・鶏肉・たまねぎ・にんじん・かつお・こんぶだし・きゅうり
22 (金)	・おかゆ・ほうれん草のすまし汁・鶏肉と人参の煮物・バナナ	米・ほうれん草・たまねぎ・にんじん・かつお・こんぶだし・鶏肉・バナナ
23 (土)	秋分の日	
25 (月)	・おかゆ・人参スープ・鶏肉と玉ねぎの煮物・ブロッコリーの煮物	米・たまねぎ・にんじん・かつお・こんぶだし・鶏肉・ブロッコリー
26 (火)	・おかゆ・白菜のすまし汁・鮭のだし煮・人参の煮物	米・はくさい・たまねぎ・にんじん・かつお・こんぶだし・鮭
27 (水)	・おかゆ・なすのすまし汁・肉じゃが・きゅうりの煮物	米・なす・たまねぎ・にんじん・かつお・こんぶだし・鶏肉・じゃがいも・きゅうり
28 (木)	・おかゆ・野菜スープ・豆腐の野菜煮・人参の煮物	米・キャベツ・たまねぎ・野菜だし・豆腐・にんじん
29 (金)	・おかゆ・玉ねぎのすまし汁・たらのだし煮・人参の煮物	米・たまねぎ・にんじん・かつお・こんぶだし・たら
30 (土)	お弁当	

※離乳食の進み具合に応じて、提供する食材、味付け、形態を変えさせていただきます。  
 材料などの都合により、献立が変更になる場合がございます。  
 おやつは後期食から提供します。