



# 9月の離乳食献立表(初期~中期)



池田市立保育所・認定こども園

2020/9/1

実施日	初期(5~6ヶ月)			中期(7~8ヶ月)			
	献立名	食品名	間食	午前間食	献立名	午後間食	食品名
1	火	パンがゆ ビーフンのくたくた煮 野菜のミルク煮	調乳	調乳 ビスケット	パンがゆ ビーフン煮 ポターージュ風	調乳 種なし巨峰 ビスケット	食パン 野菜スープ。豚肉 ビーフン 玉ねぎ 人参 しいたけ ビーマン 砂糖 醤油 だし汁。 じゃがいも 玉ねぎ 人参 育児用ミルク。 / 種なし巨峰。
2	水	すりつぶしかゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 豚肉とキャベツのみそ煮 すまし汁 デ) キウイ	調乳 ☆やわらか 蒸しパン	米。豚肉 キャベツ 砂糖 みそ だし汁。大根 人参 玉ねぎ 白菜 醤油 だし汁。キウイ。/ ホットケーキミックス 砂糖 育児用ミルク。
3	木	すりつぶしかゆ 白身魚のすり流し 野菜と豆腐のミルク煮	調乳	調乳 せんべい	かゆ 煮魚 すまし汁	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	米。白身魚 ブロッコリー 醤油 砂糖 だし汁 代替) 豚肉。木綿豆腐 人参 わかめ ほんしめじ みつば 醤油 だし汁。/ ホットケーキミックス 育児用ミルク 油。
4	金	すりつぶしかゆ 豆腐のすりつぶし 野菜のくたくた煮	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豚肉と野菜の煮物 みそ汁	調乳 ミニゼリー せんべい	米。豚肉 人参 玉ねぎ しいたけ 小松菜 醤油 砂糖 だし汁。かぼちゃ 豆腐 玉ねぎ わかめ 大根 みそ だし汁。
5	土	うどんのくたくた煮 りんごすりおろし	調乳	調乳 せんべい	煮込みうどん りんご	調乳 ふかし芋 せんべい	うどん 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ 醤油 だし汁。りんご。/ さつまいも。
7	月	すりつぶしかゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つぶし	調乳 りんご すりおろし	調乳 せんべい	かゆ 豚肉と野菜の煮物 煮びたし ヨーグルト	調乳 りんご せんべい	米。豚肉 かぼちゃ 玉ねぎ 人参 グリーンピース 醤油 砂糖 だし汁。 キャベツ きゅうり 醤油 だし汁。 ヨーグルト。/ りんご。
8	火	パンがゆ 白身魚のミルク煮 野菜の煮つぶし	調乳	調乳 ビスケット	かゆ 白身魚クリーム煮 野菜スープ デ) パナナ	調乳 ☆やわらか 芋もち	食パン 野菜スープ。白身魚 人参 育児用ミルク だし汁 代替) 豚肉。じゃがいも 人参 玉ねぎ しめじ 醤油 だし汁。パナナ。/ さつまいも 豆乳 片栗粉 油 砂糖 パター。
9	水	すりつぶしかゆ 豆腐のすり流し 野菜の煮つぶし	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 豆腐と野菜の煮物 みそ汁	調乳 型抜きチーズ せんべい	米。木綿豆腐 鶏肉 玉ねぎ 人参 芽ひじき 醤油 砂糖 だし汁 代替) じゃが芋・豚肉。 かぼちゃ 玉ねぎ 白菜 わかめ みそ だし汁。 / 型抜きチーズ。
10	木	すりつぶしかゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	調乳	調乳 ウエハース	かゆ まぐろのフレーク煮 ほうれん草の卵黄汁	調乳 種なし巨峰 ビスケット	米。ツナ水煮缶 玉ねぎ 人参 ほんしめじ 白菜 チンゲン菜 砂糖 醤油 だし汁。卵黄 ほうれん草 人参 玉ねぎ 醤油 片栗粉 だし汁 代替) 豚肉。 / 種なし巨峰。
11	金	すりつぶしかゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つぶし	調乳	調乳 せんべい	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁 焼きのり	調乳 パナナ せんべい	米。鶏肉 大根 人参 醤油 砂糖 だし汁 代替) 豚肉。さつまいも 人参 玉ねぎ みそ だし汁。焼きのり。/ パナナ。
12	土	すりつぶしかゆ 野菜のミルク煮 野菜のくたくた煮	調乳	調乳 せんべい	かゆ 八宝菜風 わかめスープ	調乳 ゼリー せんべい	米 豚肉 白菜 人参 玉ねぎ 三度豆 醤油 片栗粉 だし汁。わかめ 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 醤油 だし汁。
14	月	すりつぶしかゆ 野菜の煮つぶし そうめんのくたくた煮	調乳	調乳 せんべい	かゆ かぼちゃのそぼろ煮 そうめんのすまし汁	調乳 ☆やわらか ちぢみ焼き	米。かぼちゃ 豚挽き肉 三度豆 砂糖 醤油 だし汁。 そうめん 人参 ほんしめじ みつば 醤油 だし汁。/ いら 人参 玉ねぎ 小麦粉 豚肉 醤油 出し汁。
15	火	すりつぶしかゆ 豆腐のすり流し 野菜のくたくた煮	調乳	調乳 ビスケット	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 スープ	調乳 ☆ミルクプリン	米。鶏肉 人参 玉ねぎ キャベツ しいたけ 醤油 砂糖 だし汁。木綿豆腐 わかめ 人参 醤油 だし汁。/ 粉ゼラチン 育児用ミルク。
16	水	すりつぶしかゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つぶし	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	米。白身魚 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 白菜 人参 玉ねぎ みそ だし汁。 / ホットケーキミックス 育児用ミルク 油。
17	木	パンがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	調乳	調乳 せんべい	パンがゆ 野菜スープ 豚肉と野菜の煮物 デ) パナナ	調乳 ☆やわらか みたらし団子	ロールパン 育児用ミルク。鮭缶 人参 じゃがいも 玉ねぎ 醤油 だし汁 代替) 豚肉。豚肉 玉ねぎ キャベツ 黄パプリカ 赤パプリカ 醤油 砂糖 だし汁。パナナ。/ 絹こし豆腐 白玉粉 砂糖 醤油 片栗粉。
18	金	すりつぶしかゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	調乳	調乳 せんべい	かゆ 卵黄とじ みそ汁	調乳 ☆やわらか キャラット ちゃんちの蒸しケーキ	米。卵黄 人参 玉ねぎ 鶏挽き肉 ひじき缶 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 ほうれん草 白菜 かぼちゃ ほんしめじ 玉ねぎ みそ だし汁。/ 人参ジュース ホットケーキミックス 砂糖。
19	土	うどんのくたくた煮 りんごのすりおろし	調乳	調乳 せんべい	煮込みうどん りんご	調乳 ☆ふかしおじゃが せんべい	うどん 豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ しょうゆ だし汁。 りんご。/ じゃがいも。
23	水	すりつぶしかゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 肉じゃが 煮びたし ミニゼリー	調乳 棒チーズ せんべい	米。牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリーンピース 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 キャベツ きゅうり しらす干し 醤油 だし汁。 / 棒チーズ。
24	木	パンがゆ スパゲッティのくたくた煮 野菜のくたくた煮	調乳	調乳 ウエハース	パンがゆ 煮込みスパゲティ 野菜スープ デ) キウイ	調乳 ☆きな粉がゆ	コッペパン 野菜スープ。スパゲティ 豚挽き肉 人参 玉ねぎ ほんしめじ エリンギ ビーマン 醤油 だし汁。キャベツ 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 醤油 だし汁。キウイ。/ 米 もち米 きな粉。
25	金	すりつぶしかゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つぶし	調乳	調乳 せんべい	かゆ 白身魚の野菜あんかけ すまし汁	調乳 ☆やわらか わらびもち	米。白身魚 玉ねぎ 人参 グリーンピース 醤油 砂糖 片栗粉 だし汁 代替) 豚肉。大根 人参 玉ねぎ 豆腐 小松菜 醤油 だし汁。 / わらび粉 きな粉 砂糖。
26	土	すりつぶしかゆ 人参がゆ 野菜のくたくた煮 りんごすりおろし	調乳	調乳 せんべい	人参がゆ 豚汁 りんご	調乳 ゼリー せんべい	米 人参 醤油 だし汁。豚肉 大根 玉ねぎ 人参 わかめ みそ だし汁。 りんご。
28	月	すりつぶしかゆ 豆腐のすり流し 野菜の煮つぶし	調乳 りんご すりおろし	調乳 せんべい	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁	調乳 りんご せんべい	米。鶏肉 人参 大根 三度豆 大豆水煮缶 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。かぼちゃ 木綿豆腐 玉ねぎ 白菜 わかめ みそ だし汁。/ りんご。
29	火	パンがゆ 野菜のくたくた煮 ミルク煮	調乳	調乳 ビスケット	パンがゆ 卵黄とじ スープ	調乳 ☆煮込みうどん	食パン 野菜スープ。卵黄 トマト ツナ水煮缶 人参 玉ねぎ じゃがいも ブロッコリー 醤油 だし汁 代替) 豚肉 代替) コーン。豚肉 もやし 人参 小松菜 玉ねぎ 醤油 だし汁。 / うどん 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ 醤油 だし汁。
30	水	すりつぶしかゆ 野菜のくたくた煮 野菜のすりつぶし	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 豚挽き肉と野菜の煮物 みそ汁	調乳 十五夜ゼリー せんべい	米。豚挽き肉 ブロッコリー 人参 醤油 だし汁。 大根 人参 玉ねぎ みそ だし汁。

