

2023年9月 離乳食献立表（後期食）



社会福祉法人 都島友の会
ひがみや兒童センター

日 曜日	AM間食	昼食	材料	離乳 後期食 (3時)	材料	延長 (6時)	材料
1 金	ハイハイン 野菜	軟飯 みそ汁 鮭の塩焼き 内じゅうが	米 / 豆腐 かつお昆布だし 味噌 鮭 食塩 牛肉 ジャガ芋 玉葱 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし	お子様せんべい	お子様せんべい	ハイハイン	ハイハイン
2 土	ハイハイン	豚肉どんぶり みそ汁	米 豚肉 玉葱 もやし 醤油 上白糖 かつお昆布だし 片栗粉 キャベツ ジャガ芋 かつお昆布だし 味噌	お子様せんべい	お子様せんべい		
4 月	ハイハイン 野菜	五目混ぜご飯 切り干し大根炒め煮 みそ汁	米 鶏肉 人参 絹さや 醤油 上白糖 かつお昆布だし 切り干し大根 油揚げ 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし 豆腐 小松菜 かつお昆布だし 味噌	お子様せんべい	お子様せんべい	バナナ	バナナ
5 火	ハイハイン	パン 南瓜サラダ 鶏肉の野菜焼き キャベツのスープ	パン / 南瓜 人参 ブロッコリー 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし 鶏肉 玉葱 胡瓜 醤油 上白糖 かつお昆布だし キャベツ 人参 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	りんご甘煮	りんご	人参蒸しパン	小麦粉 油 バーキング バター 上白糖 水 人参
6 水	ハイハイン 野菜	軟飯 春雨の和え物 厚揚げ入り炒め物 すまじけ	米 / 春雨 胡瓜 人参 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし 厚揚げ 豚肉 大根 味噌 醤油 上白糖 かつお昆布だし わかれ えのき茸 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	コーン蒸しパン	小麦粉 油 バーキング バター 上白糖 水 コーン	お子様せんべい	お子様せんべい
7 木	ハイハイン	煮込みうどん 魚のトマト煮 煮浸し	うどん コーン レタス 胡瓜 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖 鶏肉 トマト 醤油 上白糖 かつお昆布だし 小松菜 玉葱 醤油 上白糖 かつお昆布だし	きな粉ティックパン	パン きな粉 上白糖	ハイハイン 野菜	ハイハイン 野菜
8 金	ハイハイン 野菜	軟飯 南瓜のスープ 鶏肉のオーブン焼き 大豆サラダ	米 / 南瓜 人参 小松菜 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖 鶏肉 人参 玉葱 えのき茸 醤油 上白糖 かつお昆布だし 大豆 ひじき 胡瓜 人参 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし	ふかし芋	さつま芋	ハイハイン	ハイハイン
9 土	ハイハイン	和風スパゲティ スープ	スパゲティ しらす キャベツ しめじ茸 ほうれん草 醤油 上白糖 かつお昆布だし 人参 大根 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	お子様せんべい	お子様せんべい		
11 月	ハイハイン 野菜	軟飯 みそ汁 鶏肉のしょうゆ焼き キャベツの和え物	米 / 豆腐 玉葱 かつお昆布だし 味噌 鶏肉 醤油 上白糖 水 キャベツ しめじ茸 醤油 上白糖 かつお昆布だし	お子様せんべい	お子様せんべい	ハイハイン	ハイハイン
12 火	ハイハイン	軟飯 ブロッコリーサラダ 魚の甘酢あんかけ わかめスープ	米 / ブロッコリー 胡瓜 コーン 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし 鶏 人参 玉葱 ビーマン 酢 上白糖 醤油 ケチャップ かつお昆布だし 片栗粉 わかれ かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	オレンジ	オレンジ	ハイハイン 野菜	ハイハイン 野菜
13 水	ハイハイン 野菜	焼きそば 野菜スープ オレンジ	中華麺 豚肉 玉葱 人参 キャベツ もやし 醤油 上白糖 食塩 かつお昆布だし 大根 チンゲン菜 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖 オレンジ	大学芋	さつま芋 上白糖 水	お子様せんべい	お子様せんべい
14 木	ハイハイン	軟飯 おかか和え 鶏肉ときのこの炒め物 みそ汁	米 / 白菜 ほうれん草 かつお節 醤油 上白糖 かつお昆布だし 鶏肉 玉葱 人参 しめじ茸 椎茸 醤油 上白糖 かつお昆布だし 厚揚げ わかれ かつお昆布だし 味噌	バナナ	バナナ	きな粉 パンケーキ	小麦粉 油 バーキング バター 上白糖 水 きな粉
15 金	ハイハイン 野菜	軟飯 みそ汁 フルゴキ風炒め物 胡瓜の酢の物	米 / 小松菜 人参 かつお昆布だし 味噌 牛肉 ビーマン 玉葱 しめじ茸 もやし 醤油 上白糖 かつお昆布だし 胡瓜 わかれ 酢 上白糖 酢 かつお昆布だし	りんご蒸しパン	小麦粉 油 バーキング バター 上白糖 水 りんご	ハイハイン	ハイハイン
16 土	ハイハイン	チャーハン スープ	米 豚肉 人参 玉葱 コーン 醤油 上白糖 かつお昆布だし 大根 白菜 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	お子様せんべい	お子様せんべい		
18 月		敬老の日					
19 火	ハイハイン	軟飯 高野豆腐のとろみ煮 魚の塩焼き みそ汁	米 / 高野豆腐 小松菜 人参 食塩 醤油 上白糖 かつお昆布だし 鮭 食塩 南瓜 かつお昆布だし 味噌	バナナ ヨーグルト	ヨーグルト バナナ	じゃが芋 マッシュ	じゃが芋 食塩
20 水	ハイハイン 野菜	軟飯 もやしサラダ 鶏肉と野菜の炒め物 春雨スープ	米 / もやし キャベツ 人参 酢 醤油 上白糖 かつお昆布だし 鶏肉 ビーマン 玉葱 醤油 上白糖 かつお昆布だし 春雨 小松菜 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	ピザトースト	食パン 玉葱 コーン ケチャップ	バナナ	バナナ
21 木	ハイハイン	軟飯 キャベツサラダ 牛肉のトマト煮込み スープ	米 / キャベツ 胡瓜 コーン 酢 上白糖 酢 かつお昆布だし 牛肉 トマト 玉葱 醤油 上白糖 かつお昆布だし 玉葱 人参 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	じゃがいも きな粉	じゃがいも きな粉 上白糖	ハイハイン 野菜	ハイハイン 野菜
22 金	ハイハイン 野菜	軟飯 みそ汁 ひじき入り豆腐ハンバーグ しらす和え	米 / なす 油揚げ かつお昆布だし 味噌 豆腐 鶏肉 玉葱 人参 ひじき 醤油 / かつおだし 醤油 上白糖 片栗粉 キャベツ 小松菜 しらす 醤油 上白糖 かつお昆布だし	キャロット ゼリー	人参 上白糖 寒天 水 りんごジュース	ハイハイン	ハイハイン
23 土		秋分の日					
25 月	ハイハイン 野菜	軟飯 ジャガ芋きんぴら 鶏肉のおろし焼き みそ汁	米 / ジャガ芋 牛肉 人参 ビーマン 醤油 上白糖 かつお昆布だし 鶏肉 大根 醤油 上白糖 豆腐 わかれ かつお昆布だし 味噌	お子様せんべい	お子様せんべい	ほうれん草 パンケーキ	小麦粉 油 バーキング バター 上白糖 水 ほうれん草
26 火	ハイハイン	魚のピラフ トマトサラダ スープ	米 玉葱 人参 ビーマン 食塩 醤油 / 鮭 醤油 上白糖 トマト 胡瓜 わかれ 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし ほうれん草 えのき茸 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	ジャムサンド	パン ジャム	ハイハイン 野菜	ハイハイン 野菜
27 水	ハイハイン 野菜	スパゲティミートソース スティック野菜 パンナ	スパゲティ 牛肉 豚肉 鶏肝臍 玉葱 人参 ビーマン ケチャップ 醤油 上白糖 かつお昆布だし 片栗粉 胡瓜 大根 人参 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし パンナ	お好み焼き	小麦粉 水 バーキング バター 豚肉 醤油 キャベツ	お子様せんべい	お子様せんべい
28 木	ハイハイン	軟飯 梨 八宝菜 もやしスープ	米 / 梨 豚肉 人参 白菜 玉葱 青梗菜 醤油 上白糖 かつお昆布だし 片栗粉 もやし かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	カラフル 蒸しパン	小麦粉 水 バーキング バター 上白糖 コーン ほうれん草	バナナ	バナナ
29 金	ハイハイン 野菜	軟飯 みそ汁 牛肉と豆腐の煮物 お浸し	米 / わかれ 油揚げ かつお昆布だし 味噌 牛肉 豆腐 玉葱 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし キャベツ 青梗菜 醤油 上白糖 かつお昆布だし	お月見 スイートポテト	さつま芋 南瓜 上白糖	ハイハイン	ハイハイン
30 土	ハイハイン	中華丼ぶり スープ	米 豚肉 白菜 玉葱 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし 片栗粉 大根 人参 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	お子様せんべい	お子様せんべい		

9月に入るとスーパーなどでは、夏野菜に変わり秋の野菜が並びはじめます。

子ども達の食事の量もこの時期を境に増えだし、成長している様子が伺えます。

秋の味覚をたっぷりと食べ、体調管理に注意し食欲の秋を楽しみましょう！

給食では、卵を含まないマヨネーズタイプの調味料を使用しています。



メディッシュフードサービス
管理栄養士 作成