

令和4年9月おしょくじカレンダー

離乳食後期

市野谷つばさ保育園

曜日	月	火	水	木	金	土
日	9月の旬の食材 モロヘイヤ さといも 生姜 れんこん なす かぼちゃ きゅうり ズッキーニ とうがん パ プリカ ピーマン さやいんげん 柿 梨 りん ご もも あさり さんま さば あじ			1	2	3
乳児				菓子	ヨーグルト	菓子
昼食				・お粥または軟飯 ・きのこ入りチキンボール ・じゃがいもの柔らか煮 ・コンソメスープ	・豚そぼろ粥または軟飯 ・野菜の旨煮 ・梨 ・豆腐の味噌汁	市販離乳食
おやつ				パン粥または食パン	りんごヨーグルト	菓子
日	5	6	7	8	9	10
乳児	菓子	菓子	ヨーグルト	菓子	ヨーグルト	菓子
昼食	・お粥または軟飯 ・ミートボール ・ツナとにんじんの甘煮 ・わかめの味噌汁	・お粥または軟飯 ・鮭のほぐし煮 ・きゅうりとにんじんの柔らか煮 ・豆腐のすまし汁	・パン粥またはロールパン ・豚ひき肉と野菜のミルク煮 ・りんご ・コンソメスープ	・お粥または軟飯 ・鶏ささみ肉とかぼちゃの甘煮 ・ミニトマト ・揚げの味噌汁	・お粥または軟飯 ・麻婆豆腐 ・キウイフルーツ ・中華スープ	市販離乳食
おやつ	お麩のミルク煮	うどんの柔らか煮	菓子	おやき	菓子 バナナ キャンディチーズ	菓子
日	12	13	14	15	16	17
乳児	菓子	ヨーグルト	菓子	ヨーグルト	菓子	菓子
昼食	・軟飯 ・豚ひき肉と野菜の味噌煮 ・オレンジ ・麩のすまし汁	・わかめ粥またはわかめ軟飯 ・鶏肉のつくね煮 ・じゃがいもの柔らか煮 ・わかめの味噌汁	・お粥または軟飯 ・さばのほぐし煮 ・野菜の柔らか煮 ・えのきの味噌汁	・わかめうどん ・かぼちゃの甘煮 ・野菜の旨煮	・お粥または軟飯 ・鶏ささみ肉と野菜の煮物 ・ミニトマト ・コンソメスープ	市販離乳食
おやつ	お粥または軟飯(ケチャップ)	パスタの柔らか煮	パン粥または食パン	そぼろ粥またはそぼろ軟飯	菓子	菓子
日	19	20	21	22	23	24
乳児	敬老の日	菓子	ヨーグルト	菓子	秋分の日	菓子
昼食		・お粥または軟飯 ・ツナと野菜のケチャップ煮 ・梨	・お粥または軟飯 ・ミートボールと野菜の煮物 (もやし・ほうれん草・にんじん) ・オレンジ ・春雨スープ	・お粥または軟飯 ・鶏ひき肉ときのこの煮物 ・里芋の煮物 ・わかめのすまし汁		市販離乳食
おやつ		みかんヨーグルト	スイートかぼちゃ	フルーツヨーグルト		菓子
日	26	27	28	29	30	
乳児	 菓子	ヨーグルト	菓子	ヨーグルト	菓子	
昼食	・納豆粥または納豆軟飯 ・あじのほぐし煮 ・野菜の柔らか煮 ・なめこの味噌汁	・お粥または軟飯 ・かぼちゃのそぼろ煮 ・キウイフルーツ ・コンソメスープ	・お粥または軟飯 ・じゃがいものそぼろあんかけ ・にんじんと油揚げの煮物 ・豆腐のすまし汁	・お粥または軟飯 ・きのこ野菜のケチャップ煮 (にんじん・たまねぎ・じゃがいも) ・かぼちゃサラダ ・りんご	・お粥または軟飯 ・ほうれん草入りミートボール ・野菜の旨煮 (にんじん・もやし) ・たまねぎのすまし汁	
おやつ	菓子	きなこバターロール	お粥または軟飯	菓子	菓子 バナナ キャンディチーズ	

○ 幼児
△ 乳児

*行事や材料の都合により、献立を変更することがありますので、ご了承ください。