



# 令和6年度 9月 離乳食献立表



日	曜	行事	献立	果物	三色食品群			未満児 午前のおやつ	3時の おやつ
					あか	きいろ	みどり		
					血や肉をつくる (主にたんぱく質)	はたらく力や 体温になる (主に脂質・糖質)	体をばい菌から守ったり 元気にする (主にビタミン・ミネラル)		
2	月		野菜の煮物 春雨の酢の物 ニラのスープ	りんご	ささみ	春雨	もやし・キャベツ・玉葱 人参・きゅうり・ニラ りんご	お茶 オレンジ	お茶 キャベツ粥
3	火	避難・消火訓練	～避難・消火訓練！非常食を食べてみよう～ お粥・チキンポトフ きゅうり・さつまい	バナナ	鶏むね肉	じゃが芋	人参・玉葱 きゅうり・バナナ	お茶 りんご	お茶 さつまい粥
4	水		うどん 大豆の煮物 小松菜サラダ	オレンジ	大豆 ちりめんじゃこ ささみ	うどん	コーン・きゅうり・小松菜 人参・オレンジ	お茶 バナナ	お茶 人参粥
5	木		肉じゃが 大根のおかか和え 麩のすまし汁	梨	ささみ・かつお節	じゃが芋 麩	人参・グリーンピース 玉葱・大根・えのき・梨	お茶 オレンジ	お茶 玉葱粥
6	金		鯛の煮付け さつまいサラダ 味噌汁	バナナ	鯛・味噌	さつまい	きゅうり・人参・ごぼう 大根・玉葱・バナナ	お茶 梨	お茶 根菜粥
7	土		豆乳スープ ブロッコリーの和え物	オレンジ	鶏むね肉 豆乳・ささみ	じゃが芋	人参・玉葱・ブロッコリー もやし・オレンジ	お茶 バナナ	お茶 野菜粥
9	月	太陽スポーツ (年少・年中)	ささみの煮物 チンゲン菜のソテー わかめのスープ	梨	ささみ・わかめ 豆腐	砂糖	チンゲン菜・もやし 人参・コーン・梨	お茶 オレンジ	お茶 豆腐粥
10	火		鯛の煮付け ポテトサラダ 玉葱のすまし汁	オレンジ	鯛 かつお節	じゃが芋	人参・きゅうり 玉葱・青葱・オレンジ	お茶 梨	お茶 ささみ粥
11	水	リトミック(年中) お茶の稽古(年長)	じゃが芋の煮物 もやしのごま和え レタスのスープ	りんご	鶏ミンチ ささみ	じゃが芋・ケチャップ ごま	玉葱・人参・もやし きゅうり・レタス えのき・りんご	お茶 オレンジ	お茶 レタス粥
12	木	太陽スポーツ(年長)	うどん ブロッコリー ほうれん草のナムル	バナナ	豆乳	うどん	人参・玉葱・しいたけ ブロッコリー・もやし ほうれん草・バナナ	お茶 りんご	お茶 ブロッコリー粥
13	金		ハンバーグ ひじきの煮物 キャベツの味噌汁	オレンジ	鶏ミンチ・豆腐 ひじき 鶏むね肉・味噌	じゃが芋	玉葱・人参・キャベツ さやいんげん・えのき オレンジ	お茶 バナナ	お茶 じゃが芋粥
14	土		野菜の煮物 マカロニサラダ	バナナ	ささみ	マカロニ	白菜・玉葱・人参 しいたけ・キャベツ きゅうり・バナナ	お茶 オレンジ	お茶 キャベツ粥
17	火		じゃが芋の煮物 キャベツの和え物 ニラのスープ	バナナ	鶏ミンチ	じゃが芋・さつまい	玉葱・キャベツ きゅうり・人参・ニラ もやし・バナナ	お茶 オレンジ	お茶 さつまい粥
18	水	リトミック(年長)	野菜の煮物 ひじきのゴマ和え マカロニスープ	オレンジ	ささみ ひじき	じゃが芋・ごま マカロニ	玉葱・人参・きゅうり オレンジ	お茶 バナナ	お茶 野菜粥
19	木		鯛のコーン煮 大豆の五目煮 かぼちゃの味噌汁	梨	鯛・大豆 昆布・味噌	砂糖	クリームコーン・大根 人参・ごぼう・かぼちゃ 玉葱・青葱・梨	お茶 オレンジ	お茶 根菜粥
20	金	誕生会	～満腹お子さま中華セット～ お粥・うどん 鶏団子・もやしの酢の物	バナナ	ささみ・鶏ミンチ	うどん	キャベツ・コーン・人参 もやし・きゅうり バナナ・みかん缶	お茶 梨	お茶 キャベツ粥
21	土		ささみの煮物 ツナサラダ	オレンジ	ささみ・ツナ	砂糖	玉葱・ニラ・しめじ 白菜・大根 きゅうり・オレンジ	お茶 バナナ	お茶 白菜粥
24	火		鯛の煮付け 大根の煮物 白菜の味噌汁	バナナ	鯛・味噌	砂糖	大根・人参 さやいんげん・白菜 玉葱・えのき・バナナ	お茶 オレンジ	お茶 大根粥
25	水		芋炊き レバーの煮物 大豆サラダ	梨	ささみ・大豆 豚レバー	里芋・うどん	もやし・大根・人参 ごぼう・きゅうり・梨	お茶 バナナ	お茶 里芋粥
26	木		ナポリタン キャベツのきのこ和え さつまいの豆乳スープ	オレンジ	ささみ・豆乳	スパゲティー ケチャップ さつまい	玉葱・人参・キャベツ コーン・えのき・しめじ しいたけ・オレンジ	お茶 梨	お茶 さつまい粥
27	金	運動会予行演習	チキンポトフ じゃが芋 ブロッコリー	バナナ	鶏むね肉	じゃが芋	人参・玉葱 ブロッコリー・バナナ	お茶 オレンジ	お茶 ブロッコリー粥
28	土		うどん さつまい	オレンジ	ささみ	うどん さつまい ケチャップ	人参・玉葱 キャベツ・オレンジ	お茶 バナナ	お茶 野菜粥
30	月		焼きうどん ごぼうサラダ じゃが芋のスープ	バナナ	ささみ・青のり	うどん	キャベツ・玉葱・人参 もやし・ごぼう・きゅうり バナナ・れんこん	お茶 オレンジ	お茶 れんこん粥



※ お子さまの月齢や進み具合に合わせて、初期・中期・後期・完了期食を提供しています。  
そのため記載している使用食材や調理方法等が異なる場合があります。ご了承下さい。  
気になることがありましたら、いつでもお声がけください。よろしくお願いします。

