



9月 離乳食だより



認定こども園つばめ・チェリー保育園

	初期			中期				後期・完了食					
	主 食	副食		主食	主菜	副菜	おやつ	主食	主菜	副菜	果物	おやつ	
1	水	おかゆ	だいこんスープ	おかゆ	豆腐とにんじんのスープ	じゃがいもスティック	バナナ	ごはん	カレーのてりやき	けんちん汁	バナナ	お好み焼き	
2	木	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	ささみのくず煮	ほうれん草 たまねぎのスープ	せんべい		肉うどん	ほうれん草ごま和え	ぶどうゼリー	いちご蒸しパン	
3	金	おかゆ	じゃがいもスープ	おかゆ	白身魚の煮物	じゃがいも ほうれん草のスープ	ビスケット	ごはん	じゃがいもの小判焼き	ひじきと大豆の煮物	オレンジ	ぶどうゼリー	
4	土	おかゆ	たまねぎスープ	おかゆ	豆腐 たまねぎ にんじんのスープ		クッキー		ハヤシライス	切干大根の和風サラダ	りんご	ぼたぼた焼き	
5	日												
6	月	おかゆ	にんじんスープ	おかゆ	ささみのくず煮	キャベツ たまねぎのスープ	バナナ	ごはん	豚肉の野菜炒め	ビーフンサラダ	バナナ	ココア蒸しパン	
7	火	おかゆ	だいこんスープ	おかゆ	豆腐 だいこんのスープ	にんじんスティック	せんべい	わかめごはん	大根のそぼろ煮	ひじきサラダ	オレンジ	ぼりんこ	
8	水	おかゆ	たまねぎスープ	おかゆ	白身魚の煮物	たまねぎ ほうれん草のスープ	バナナ	ごはん	豚肉と野菜のごまみそ煮	スバグティサラダ	バナナ	ロールパン	
9	木	おかゆ	はくさいスープ	おかゆ	豆腐 はくさいのスープ	じゃがいもスティック	卵ポーロ	きのこごはん	鶏肉のてりやき	野菜たっぷりのみそ汁	オレンジ	雪の宿	
10	金	おかゆ	キャベツスープ	おかゆ	ささみのくず煮	キャベツ にんじんのスープ	バナナ	ごはん	豚肉と大豆の煮物	マカロニサラダ	バナナ	オレンジゼリー	
11	土	ベビーフード					ビスケット	ベビーフード					ビスコ
12	日												
13	月	おかゆ	じゃがいもスープ	おかゆ	豆腐 じゃがいものスープ	にんじんスティック	クッキー	ふりかけごはん	じゃがいもの小判焼き	切干大根の煮物	オレンジ	カルシウムせんべい	
14	火	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	白身魚の煮物	ほうれん草 にんじんのスープ	バナナ	ごはん	筑前煮	油あげとほうれん草のお浸し	バナナ	黒糖蒸しパン	
15	水	おかゆ	たまねぎスープ	おかゆ	豆腐 たまねぎのスープ	じゃがいもスティック	せんべい	ごはん	カレーの煮つけ	かきたま汁	オレンジ	うす塩せんべい	
16	木	おかゆ	キャベツスープ	おかゆ	ささみのくず煮	キャベツ にんじんのスープ	バナナ	ごはん	鶏肉と大根の煮物	キャベツとツナのサラダ	バナナ	たべっ子BABY	
17	金	おかゆ	だいこんスープ	おかゆ	白身魚の煮物	だいこん たまねぎのスープ	ビスケット		秋の実りカレー	大根としらすのサラダ	オレンジ	おにぎりせんべい	
18	土	おかゆ	にんじんスープ	おかゆ	豆腐 にんじん はくさいのスープ		卵ポーロ	ごはん	鶏肉と野菜の甘辛煮	もやしのごまサラダ	りんご	クッキー	
19	日												
20	月	敬老の日											
21	火	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	ささみのくず煮	ほうれん草 たまねぎのスープ	バナナ	ごはん	豚肉とごぼうの煮物	ほうれんとコーンのサラダ	バナナ	食パン	
22	水	おかゆ	にんじんスープ	おかゆ	豆腐 はくさいのスープ	にんじんスティック	クッキー	ごはん	鮭のてりやき	大豆と油あげの煮物	オレンジ	かっぱえびせん	
23	木	秋分の日											
24	金	おかゆ	キャベツスープ	おかゆ	白身魚の煮物	キャベツ にんじんのスープ	バナナ	ごはん	かれいの煮付け	コーンサラダ	バナナ	マンナ	
25	土	ベビーフード					せんべい	ベビーフード					まがりせんべい
26	日												
27	月	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	豆腐 ほうれん草のスープ	じゃがいもスティック	ビスケット		親子丼	ほうれん草のおかか和え	オレンジ	マカロニきなこ	
28	火	おかゆ	じゃがいもスープ	おかゆ	ささみのくず煮	じゃがいも にんじんのスープ	バナナ	ごはん	じゃがいもの小判焼き	大根と厚揚げのみそ汁	バナナ	ヨーグルト	
29	水	おかゆ	たまねぎスープ	おかゆ	豆腐 たまねぎのスープ	にんじんスティック	卵ポーロ	ごはん	炒り豆腐	ひじきと春雨のサラダ	オレンジ	食パン	
30	木	おかゆ	キャベツスープ	おかゆ	白身魚の煮物	キャベツ ほうれん草のスープ	バナナ	ごはん	豚肉の野菜炒め	枝豆サラダ	バナナ	りんごゼリー	