

令和元年9月献立表（中期・モグモグ期）

2	3	4	5	6	7
月	火	水	木	金	土
りんご粥 ささみと大根のうま煮 野菜スープ	夕焼け粥 たらのキャベツソース 野菜スープ	さつまいも粥 にんじんとキャベツのそぼろ煮 野菜スープ	トマトパン粥 ささみのすりおろしきゅうり煮込 野菜スープ	小松菜粥 カレイのかぼちやあん 野菜スープ	しらすうどん きゅうりのすり流し マッシュさつまいも
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
9	10	11	12	13	14
月	火	水	木	金	土
にんじん粥 青菜と大根のそぼろだれ 野菜スープ	鶏だしさっぱりうどん トマトの黄身和え キャベツのやわらか煮	小松菜粥 お月見かぼちやのしらす煮 野菜スープ	りんご粥 鮭の彩りあん 野菜スープ	きなこ粥 ささみとなすのにんじん煮 野菜スープ	トマトそうめん ポテトサラダ キャベツとにんじんのとろり煮
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
16	17	18	19	20	21
月	火	水	木	金	土
敬老の日	7倍粥 じゃがいもと鶏肉のカラフル煮 野菜スープ	たまご粥 ささみと野菜のあんかけ 野菜スープ	カラフル粥 カレーと青菜のみぞれ煮 野菜スープ	パン粥 そぼろとレタスのトマトソース 野菜スープ	ひすいうどん じゃがいものそぼろ煮 きざみ大根のホクホク煮
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
23	24	25	26	27	28
月	火	水	木	金	土
秋分の日	トマト粥 かぼちやとキャベツのそぼろあん 野菜スープ	秋色粥 ブロッコリーと豆腐のとろり煮 野菜スープ	7倍粥 たまごとほうれん草の三色煮 野菜スープ	かぼちや粥 ささみの秋野菜あんかけ 野菜スープ	野菜たっぷりうどん 小松菜のとろろサラダ しらすのコトコト煮
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
30	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="border: 2px solid blue; border-radius: 20px; padding: 10px; width: 45%;"> <p style="text-align: center;">●ひとこメッセージ●</p> <p>葉物野菜は繊維が多かったり、舌触りが嫌で苦手なお子さんが多い食材のひとつです。水溶き片栗粉でとろみをつけたり、ペースト状にしてお粥の中に入れてたりすると食べやすくなります。ひとつ工夫をして、舌触りをよくしてみてください。</p> </div> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="text-align: right;">  </div> </div>				
月					
さつまいも粥 秋野菜と鶏肉のとろり煮 野菜スープ					
ミルク					

※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。

※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。

からまつ保育園

令和元年9月献立表（後期・カミカミ期）

2	3	4	5	6	7
月	火	水	木	金	土
りんご粥 ほぐし鶏のレタスあん 大根とツナのサラダ 野菜スープ	夕焼け粥 たらのりんごソース キャベツのヨーグルトサラダ 野菜スープ	さつまいも粥 肉団子とキャベツの炒め煮 バンバンジーサラダ たまごスープ	チーズトースト ささみのトマト煮 スティック野菜 野菜スープ	ひじき粥 カレイのパン粉焼き 小松菜のチーズ和え 赤ちゃん味噌汁	しらすうどん きゅうりのおかか和え さつまいもの甘煮
にんじんのパン粥 ミルク	手作りプリン ミルク	きなこ蒸しパン ミルク	にゅう麺 ミルク	手作りベビークッキー ミルク	パンキッシュ ミルク
9	10	11	12	13	14
月	火	水	木	金	土
5倍粥 ふろふき大根のそぼろだれ ころころきんぴら 赤ちゃん味噌汁	鶏だしさっぱりうどん トマトオムレツ キャベツとにんじんのやわらか煮	小松菜粥 お月見豆乳シチュー キャロットラペ 野菜スープ	小豆粥 鮭の黄身焼き 青菜の二色和え 赤ちゃんすまし汁	きなこ粥 ささみの照り焼き なすのさっぱりサラダ 赤ちゃん味噌汁	トマトそうめん ポテトサラダ キャベツとにんじんのとろり煮
フレンチトースト ミルク	ころころおにぎり ミルク	お月見ケーキ ミルク	秋のフルーツコンポート ミルク	マッシュポテトグラタン ミルク	お麩ラスク ミルク
16	17	18	19	20	21
月	火	水	木	金	土
敬老の日	5倍粥 赤ちゃん肉じゃが きゅうりの和え物 赤ちゃん味噌汁	たまご粥 鶏肉と野菜のあんかけ なすの煮浸し 野菜スープ	カラフル粥 カレイの味噌焼き やわらか茶碗蒸し 赤ちゃんすまし汁	スティックパン 肉団子のトマトソース ころころポテト 豆乳チャウダー	ひすいうどん じゃがいものそぼろ煮 大根サラダ
	手作りポーロ ミルク	秋の恵みキッシュ ミルク	りんごのジュレ ミルク	さつまいもの小豆煮 ミルク	にんじんホットケーキ ミルク
23	24	25	26	27	28
月	火	水	木	金	土
秋分の日	トマト粥 秋のコロッケ風おやき 千切りキャベツサラダ 赤ちゃん味噌汁	秋色粥 お月様豆腐ハンバーグ ブロッコリーサラダ 野菜スープ	5倍粥 ふんわり親子煮 三色和え 赤ちゃん味噌汁	かぼちゃ粥 チキンクリーム煮 秋の味覚たっぷりサラダ 野菜スープ	野菜たっぷりうどん 小松菜の納豆和え しらすのコトコト煮
	ミルク蒸しパン ミルク	スイートポテト ミルク	きのこのクリームマカロニ ミルク	きなこパン ミルク	じゃがいもおやき ミルク
30	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="border: 2px solid blue; border-radius: 20px; padding: 10px; width: 45%;"> <p style="text-align: center;">●ひとこメッセージ●</p> <p>9か月頃になると食べものの好みができます。また、同じ食材や同じ味付けだと飽きてしまうこともあります。一度嫌がった食材は嫌いなのだと決めつけず、調理法や味付けを変えてみるなど工夫してみましょう。 野菜や魚には様々な種類があります。それらをローテーションしてバリエーションの豊かな食事にしましょう。</p> </div> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="text-align: right;">  </div> </div>				
月					
さつまいも粥 秋野菜と鶏肉の味噌焼き わかめのおかか和え 野菜たっぷりすまし汁 お麩ピザ ミルク					

※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。

※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。

からまつ保育園

令和元年9月献立表（完了期・パクパク期）

2 月	3 火	4 水	5 木	6 金	7 土
軟飯 ほぐし鶏のレタスあん 大根のツナのサラダ 坦々風スープ りんご	夕焼け粥 かじきのりんごソース キャベツと卵のごまだれサラダ 野菜スープ ヨーグルト	さつまいも粥 肉団子とキャベツの炒めもの バンバンジーサラダ たまごスープ 梨	チーズトースト 豚肉のトマト煮 スティック野菜 野菜スープ 赤ちゃんアップル寒天	ひじき粥 カレーのパン粉焼き 小松菜のチーズ和え かぼちやの味噌汁 ヨーグルト	しらすあんかけ焼きそば きゅうりのおかか和え はんぺんのスープ オレンジ寒天
にんじんのパン粥 麦茶	手作りプリン 麦茶	きなこ蒸しパン 麦茶	にゅう麺 麦茶	手作りベビークッキー 麦茶	パンキッシュ 麦茶
9 月	10 火	11 水	12 木	13 金	14 土
軟飯 ふろふき大根のツナだれ ころころきんぴら ほうれん草の油揚げの味噌汁 アップル寒天	鶏だしさっぱりラーメン トマトオムレツ キャベツとにんじんのやわらか煮 梨	小松菜粥 お月見豆乳シチュー キャロットラペ もやしのスープ ヨーグルト	小豆粥 鮭の黄身焼き 里芋と青菜のごま和え 赤ちゃんすまし汁 りんご	きなこ粥 ささみの照り焼き なすとピーマンのツナ味噌炒め 豆腐の味噌汁 みかん	トマトスパゲティ ポテトサラダ キャベツスープ グレープ寒天
フレンチトースト 麦茶	ころころおにぎり 麦茶	お月見ケーキ 麦茶	秋のフルーツコンポート 麦茶	マッシュポテトグラタン 麦茶	お麩ラスク 麦茶
16 月	17 火	18 水	19 木	20 金	21 土
敬老の日	軟飯 赤ちゃん肉じゃが きゅうりの酢の物 なすと厚揚げの味噌汁 赤ちゃんみかん寒天	たまご粥 豚肉と野菜のあんかけ なすの煮浸し 中華風スープ りんご	カラフル粥 カレーの味噌焼き やわらか茶碗蒸し きのこ青菜のすまし汁 ヨーグルト	スティックパン 肉団子のトマトソース ころころポテト 豆乳チャウダー 梨	ひすいうどん じゃがいものそぼろ煮 アップル寒天
	手作りポーロ 麦茶	秋の恵みキッシュ 麦茶	りんごのジュレ 麦茶	さつまいもの小豆煮 麦茶	にんじんホットケーキ 麦茶
23 月	24 火	25 水	26 木	27 金	28 土
秋分の日	トマト粥 秋のコロッケ風おやき 千切りキャベツサラダ 根菜の味噌汁 梨	秋色粥 お月様豆腐ハンバーグ ブロッコリーサラダ ほうれん草のスープ 9月のパースディケーキ	軟飯 ふんわり親子煮 三色ごま和え 里芋の味噌汁 りんご	かぼちや粥 チキンクリーム煮 秋の味覚たっぷりサラダ 野菜スープ ヨーグルト	野菜たっぷりラーメン 小松菜としらすの納豆和え オレンジ寒天
	ミルク蒸しパン 麦茶	スイートポテト 麦茶	きのこのクリームマカロニ 麦茶	きなこパン 麦茶	じゃがいもおやき 麦茶
30 月	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="border: 2px solid blue; border-radius: 20px; padding: 10px; width: 45%;"> <p style="text-align: center;">●ひとこメッセージ●</p> <p>好きなものばかり食べるのは、自己主張ができるようになった成長の証です。ただ、嫌だからと決めつけず、いろいろな食材が食べられるようにしましょう。野菜であれば、汁物に入れたり、細かくして蒸しパンやおムレツに入ると食べやすくなります。</p> <p>成長するにつれて、だんだんと新しい食材に興味を持つようになったり、盛り付けを変えるだけで食べることもありますので、苦手かな？と思った食材も積極的に取り入れましょう。</p> </div> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="text-align: right;">  </div> </div>				
さつまいも粥 秋野菜と鶏肉の味噌焼き わかめの酢の物 野菜たっぷりすまし汁 梨 お麩ピザ 麦茶					

※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。

からまつ保育園