

2026年09月		離乳食献立表		南河原保育園
日		離乳食12～18	離乳食9～11	
1 日 火	午前	ヨーグルト せんべい		
	昼食	食パン 冷やし中華 生中華めん、卵、ハム、きゅうり、カットわかめ、水、ほんだし、ごま油、しょうゆ、酢、砂糖、みりん ミートボール バナナ	たまごがゆ 米、卵 茹で野菜 きゅうり	
	午後	牛乳 お好み焼き 小麦粉、卵、キャベツ、ねぎ、豚肉、ながいも、かつお節、油、おたふくお好みソース		
2 日 水	午前	牛乳 ビスケット		
	昼食	御飯 鶏肉の照り焼き 鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、油 コールスローサラダ キャベツ、にんじん、コーン缶、食塩、砂糖、酢、マヨネーズ みそ汁(じゃがいも、えのき) じゃがいも、えのきたけ、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	軟飯 鶏肉の照り焼き 鶏もも肉、しょうゆ キャベツの和え物 キャベツ、にんじん、コーン缶、食塩 みそ汁(じゃがいも、えのき) じゃがいも、えのきたけ、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)	
	午後	牛乳 フライドポテト フレンチフライポテト、油、食塩、ケチャップ		
3 日 木	午前	牛乳 せんべい		
	昼食	御飯 鮭のフライ さけ、食塩、こしょう、小麦粉、パン粉、油、中濃ソース もやしのナムル もやし、カットわかめ、コーン缶、ごま油、すりごま、しょうゆ みそけんちん汁 木綿豆腐、だいこん、にんじん、ごぼう、さといも、ねぎ、ごま油、水、淡色みそ、ほんだし なし	軟飯 鮭の塩焼き さけ、食塩 もやしの和え物 もやし、カットわかめ みそけんちん汁 木綿豆腐、だいこん、にんじん、さといも、ねぎ、水、淡色みそ	
	午後	牛乳 コッペパン(ジャム・マーガリン)		
4 日 金	午前	牛乳 ビスケット		
	昼食	キッズビビンバ 米、鶏ひき肉、豚ひき肉、油、ねぎ、しょうが、にんにく、しょうゆ、酒、食塩、砂糖、もやし、にんじん、こまつな、しょうゆ、ごま油、ごま 粉ふき芋 じゃがいも、食塩 はるさめの中華スープ キャベツ、はるさめ、ねぎ、中華だしの素、食塩、水 バナナ	野菜おじや 米、鶏ひき肉、ねぎ、もやし、にんじん、こまつな、しょうゆ 粉ふき芋 じゃがいも、食塩 キャベツスープ キャベツ、ねぎ、水、食塩	
	午後	牛乳 せんべい		
7 日 月	午前	牛乳 せんべい		
	昼食	御飯 はんぺんのチーズフライ チーズサンドはんぺん、小麦粉、卵、パン粉、油、ウスターソース キャベツとトマトのサラダ キャベツ、トマト、コーン缶、酢、油、砂糖、しょうゆ みそ汁(もやし、わかめ) もやし、にんじん、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	野菜おじや 米、キャベツ、トマト、コーン缶、しょうゆ みそ汁(もやし、わかめ) もやし、にんじん、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)	
	午後	牛乳 かぼちゃ蒸しパン かぼちゃ、ホットケーキミックス、牛乳、砂糖		
8 日 火	午前	ヨーグルト せんべい		
	昼食	ロールパン 五目焼きそば 焼きそばめん、豚肉、キャベツ、にんじん、もやし、ピーマン、油、おたふく焼きそばソース、食塩、こしょう もやしの中華風和え物 もやし、にんじん、こまつな、酢、ごま油、しょうゆ、砂糖 かに豆腐汁 木綿豆腐、かにかまぼこ、ねぎ、水、中華だしの素、食塩、片栗粉 バナナ	軟飯 豚肉と野菜のやわらか煮 豚肉、キャベツ、にんじん、ピーマン、しょうゆ もやしの和え物 もやし、にんじん、こまつな、しょうゆ、砂糖 豆腐スープ 木綿豆腐、ねぎ、水、食塩、片栗粉	
	午後	牛乳 切干大根おにぎり 米、切り干しだいこん、にんじん、砂糖、しょうゆ		
9 日 水	午前	牛乳 ビスケット		
	昼食	御飯 ボークカレー 豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、牛乳、カレールウ ごぼうとコーンのサラダ ごぼう、にんじん、コーン缶、ハム、水、しょうゆ、みりん、マヨネーズ、ほんだし オレンジ	軟飯 豚肉と野菜のシチュー 豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、牛乳、小麦粉、食塩	
	午後	麦茶 アイス せんべい		
10 日 木	午前	牛乳 せんべい		
	昼食	御飯 炒り豆腐 木綿豆腐、鶏ひき肉、しらたき、干しいたけ、にんじん、たまねぎ、油、しょうゆ、砂糖、みりん、卵 きゅうりの昆布あえ きゅうり、塩こんぶ 麩のすまし汁(青梗菜) 焼ふ、チンゲンサイ、ねぎ、水、しょうゆ、食塩、ほんだし バナナ	軟飯 卵とじ 木綿豆腐、鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、卵 茹で野菜 きゅうり 麩のすまし汁(青梗菜) 焼ふ、チンゲンサイ、ねぎ、水、しょうゆ、食塩	
	午後	牛乳 ホットケーキ ホットケーキ粉、調製豆乳、卵、メープルシロップ		

2026年09月			離乳食献立表		南河原保育園
日		離乳食12～18		離乳食9～11	
11日	金	午前	牛乳 ビスケット		
		昼食	御飯 メンチカツ 小松菜のあえ物 こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖 みそ汁(なす・玉ねぎ) なす、たまねぎ、油揚げ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし なし	野菜おじや 米、こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、しょうゆ みそ汁(なす・玉ねぎ) なす、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)	
		午後	牛乳 コーンフレーク		
14日	月	午前	牛乳 せんべい		
		昼食	御飯 豚肉のしょうが焼き(玉ねぎ) 豚肉(もも)、たまねぎ、油、しょうゆ、しょうが、みりん、酒 ひじきの炒り煮 ひじき、にんじん、油揚げ、油、砂糖、しょうゆ、みりん、水、ほんだし 豆腐みそ汁(わかめ) 木綿豆腐、ねぎ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし バナナ	軟飯 豚肉のやわらか煮 豚肉(もも)、たまねぎ、しょうゆ ひじきの煮物 ひじき、にんじん、砂糖、しょうゆ、水 豆腐みそ汁(わかめ) 木綿豆腐、ねぎ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)	
		午後	麦茶 ゼリー せんべい		
15日	火	午前	ヨーグルト せんべい		
		昼食	食パン ちゃんぽんうどん ゆでうどん、豚肉、かにかまぼこ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、もやし、ごま油、水、中華だしの素、しょうゆ、 ほうれん草のツナ酢和え ほうれんそう、にんじん、ツナ油漬缶、酢、ごま油、しょうゆ、砂糖 オレンジ	うどんのやわらか煮 ゆでうどん、豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、もやし、水、しょうゆ ほうれん草のツナ和え ほうれんそう、にんじん、ツナ油漬缶、しょうゆ、砂糖	
		午後	牛乳 まんまるじゃが じゃがいも、食塩、片栗粉、チーズ、油、片栗粉		
16日	水	午前	牛乳 ビスケット		
		昼食	御飯 鮭の塩焼き さけ、食塩 切干し大根の旨煮 切り干しだいこん、油揚げ、にんじん、しょうゆ、砂糖、みりん、水、ほんだし みそ汁(キャベツ) キャベツ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし バナナ	軟飯 鮭の塩焼き さけ、食塩 切干し大根の旨煮 切り干しだいこん、にんじん、しょうゆ、砂糖、水 みそ汁(キャベツ) キャベツ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)	
		午後	牛乳 マカロニきな粉あえ マカロニ、きな粉、砂糖		
17日	木	午前	牛乳 せんべい		
		昼食	御飯 肉じゃが 豚肉(もも)、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しらたき、油、しょうゆ、砂糖、みりん、食塩 小松菜のおかかあえ(もやし) こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖、かつお節 豆腐スープ(わかめ) 木綿豆腐、カットわかめ、ねぎ、水、中華だしの素、しょうゆ、食塩 オレンジ	軟飯 肉じゃが 豚肉(もも)、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖 小松菜の和え物 こまつな、もやし、にんじん、しょうゆ、砂糖 豆腐スープ(わかめ) 木綿豆腐、カットわかめ、ねぎ、水、食塩	
		午後	牛乳 ラスク 食パン、マーガリン・ソフトタイプ、砂糖		
18日	金	午前	牛乳 ビスケット		
		昼食	御飯 鶏の唐揚げ 鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油 酢の物 カットわかめ、きゅうり、もやし、かにかまぼこ、酢、砂糖、しょうゆ 豚汁 豚肉(もも)、じゃがいも、にんじん、ごぼう、板こんにゃく、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし バナナ	軟飯 鶏のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ 和え物 カットわかめ、きゅうり、もやし、砂糖、しょうゆ 豚汁 豚肉(もも)、じゃがいも、にんじん、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)	
		午後	牛乳 ポップコーン		
21日	月	午前			
		昼食	敬老の日		
		午後			
22日	火	午前			
		昼食	国民の休日		
		午後			
23日	水	午前			
		昼食	秋分の日		
		午後			

2026年09月		離乳食献立表		南河原保育園
日		離乳食12～18	離乳食9～11	
24日 木	午前	牛乳 せんべい 食パン		
	昼食	なすのミートスパゲティ― スパゲティ―、豚ひき肉、たまねぎ、なす、にんじん、油、小麦粉、水、ケチャップ、ウスターソース、食塩 ボイルブロッコリー ブロッコリー、食塩 野菜スープ じゃがいも、にんじん、キャベツ、水、コンソメ、食塩 バナナ	なすのミートスパゲティ― スパゲティ―、豚ひき肉、たまねぎ、なす、にんじん、小麦粉、水、ケチャップ、食塩 ボイルブロッコリー ブロッコリー、食塩 野菜スープ じゃがいも、にんじん、キャベツ、水、食塩	
	午後	牛乳 わかめおにぎり 米、炊き込みわかめ		
25日 金	午前	牛乳 ビスケット		
	昼食	御飯 お月見ハンバーグ 豚ひき肉、たまねぎ、油、卵、パン粉、牛乳、食塩、こしょう、油、ケチャップ、ウスターソース、砂糖 パスタサラダ スパゲティ―、ハム、きゅうり、キャベツ、にんじん、マヨネーズ、しょうゆ スープ(さつまいも) さつまいも、たまねぎ、水、コンソメ、食塩 オレンジ	軟飯 お月見ハンバーグ 豚ひき肉、たまねぎ、油、卵、パン粉、牛乳、食塩、ケチャップ、砂糖 パスタサラダ スパゲティ―、きゅうり、キャベツ、にんじん、しょうゆ スープ(さつまいも) さつまいも、たまねぎ、水、食塩	
	午後	牛乳 クッキー		
28日 月	午前	牛乳 せんべい		
	昼食	御飯 ドライカレー 豚ひき肉、たまねぎ、にんにく、しょうが、にんじん、ピーマン、油、カレー粉、コンソメ、ウスターソース、トマトピューレ、砂糖、小麦粉 きんぴらごぼう ごぼう、にんじん、油揚げ、ごま油、しょうゆ、砂糖、かつおだし汁 コンソメスープ キャベツ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、水、コンソメ、食塩 オレンジ	軟飯 トマト煮 豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマトピューレ、砂糖、食塩 コンソメスープ キャベツ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、水、食塩	
	午後	ジュース(アップル&キャロット) せんべい		
29日 火	午前	ヨーグルト せんべい		
	昼食	食パン 肉みそうどん ゆでうどん、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、干しいたけ、油、水、米みそ(淡色辛みそ)、酒、砂糖、片栗粉 大根サラダ だいこん、きゅうり、にんじん、ツナ水煮缶、油、酢、しょうゆ、すりごま バナナ	食パン うどんのやわらか煮 ゆでうどん、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、水、しょうゆ 大根の和え物 だいこん、きゅうり、にんじん、ツナ水煮缶、しょうゆ	
	午後	牛乳 さつまいも蒸しパン ホットケーキミックス、牛乳、砂糖、さつまいも		
30日 水	午前	牛乳 ビスケット		
	昼食	御飯 鶏肉のカレー焼き 鶏もも肉、食塩、にんにく、しょうゆ、砂糖、カレー粉 パンサンスー はるさめ、トマト、きゅうり、酢、砂糖、しょうゆ、すりごま、ごま油 みそ汁(キャベツ・玉ねぎ) キャベツ、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	軟飯 鶏肉のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ トマトの和え物 トマト、きゅうり、砂糖、しょうゆ みそ汁(キャベツ・玉ねぎ) キャベツ、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)	
	午後	牛乳 麩のラスク(シュガー) 焼ふ、バター、砂糖		

＊献立は、材料等の入荷の都合により変更する場合があります。

☆今月のひとこと☆
9月に入っても暑い日が続いています。
夏の疲れも出てくるこの時期、規則正しい食生活で体調を整えましょう。

