

9月給食だより

(離乳後期)

2025年

日 付	曜 日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)
			主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	
1	月	白身魚の味噌煮 蒸しじゃが芋 5倍がゆ すまし汁	白糸たら・赤だしみそ	人参・だし昆布 ほうれん草・だし昆布	砂糖 じゃが芋 米(国産)	醤油 醤油・塩	駄のきなこミルク煮
2	火	じゃが芋のそぼろ煮 ゆでブロックリー 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・だし昆布 ブロックリー・だし昆布 人参・だし昆布	じゃが芋 米(国産)	醤油 塩	青のりにゆめん
3	水	鶏ささみの柔らか煮 蒸しかぼちゃ 5倍がゆ 味噌汁	鶏ささみ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 かぼちゃ だし昆布	でん粉 米(国産) 里芋	醤油	野菜のパンがゆ
4	木	あんかけうどん 里芋の旨煮 ゆでブロックリー	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 だし昆布 ブロックリー・だし昆布	うどん・砂糖・でん粉 里芋	醤油 醤油	かぼちゃのおかゆ
5	金	鶏そぼろと野菜のあんかけ丼 きゅうりのおかか和え 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) かつお節 豆腐・赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・だし昆布 だし昆布	米(国産)・でん粉	醤油 醤油	バナナのパンがゆ
8	月	白身魚の照り煮 人参の納豆和え 5倍がゆ 味噌汁	白糸たら 納豆 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布 だし昆布	砂糖・でん粉 米(国産) 里芋	醤油 醤油	蒸しさつま芋
9	火	かぼちゃのそぼろあんかけ 人参のおかか和え 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ) かつお節	かぼちゃ・だし昆布 人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油 塩	野菜おじや
10	水	じゃが芋のそぼろ煮 ゆでブロックリー 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・だし昆布 ブロックリー・だし昆布 人参・だし昆布	じゃが芋 米(国産)	醤油 塩	きなこパンがゆ
11	木	煮込みうどん 里芋の旨煮 バナナ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 だし昆布 バナナ	うどん 里芋	醤油 醤油	カリフラワーの青のりおかゆ
12	金	鶏ささみの柔らか煮 蒸しかぼちゃ 5倍がゆ 味噌汁	鶏ささみ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 かぼちゃ ほうれん草・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油	おかかうどん
16	火	鶏野菜うどん 蒸しかぼちゃ カリフラワーのおかか和え	鶏ひき肉(ささみ) かつお節	玉ねぎ・人参・だし昆布 かぼちゃ カリフラワー・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油	しらすのおかゆ
17	水	豆腐のそぼろ煮 人参のスティック煮 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐	玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布 ブロックリー・だし昆布	砂糖 米(国産)	醤油 醤油 塩	きなこパンがゆ
18	木	白身魚の煮付 里芋の旨煮 5倍がゆ 味噌汁	白糸たら 赤みそ・白みそ	人参・だし昆布 だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	砂糖 里芋 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	おかかうどん
19	金	鶏ささみの柔らか煮 カリフラワーの磯煮 5倍がゆ 味噌汁	鶏ささみ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 カリフラワー・だし昆布・あおさのり ほうれん草・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	豆腐おじや
22	月	白身魚の治部煮 蒸し里芋 5倍がゆ 味噌汁	白糸たら 豆腐・赤みそ・白みそ	人参・だし昆布 だし昆布	でん粉・砂糖 里芋 米(国産)	醤油	納豆おじや
24	水	鶏ささみの柔らか煮 蒸しかぼちゃ 5倍がゆ 味噌汁	鶏ささみ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 かぼちゃ ほうれん草・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油	マカロニのスープ煮
25	木	豆腐のそぼろ煮 人参のスティック煮 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐	玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布 きゅうり・だし昆布	砂糖 米(国産)	醤油 醤油 塩	ツナおじや
26	金	鶏そぼろと野菜のあんかけ丼 きゅうりのおかか和え スープ	鶏ひき肉(ささみ) かつお節	人参・カリフラワー・だし昆布 きゅうり・だし昆布 玉ねぎ・わかめ・だし昆布	米(国産)・でん粉	醤油 醤油 塩	さつま芋のパンがゆ
29	月	白身魚の青のり煮 蒸しかぼちゃ 5倍がゆ 味噌汁	白糸たら 赤みそ・白みそ	人参・だし昆布・あおさのり かぼちゃ 切干大根・だし昆布	砂糖・でん粉 米(国産)	醤油	野菜おじや
30	火	鶏ささみの味噌うどん 蒸しさつま芋 バナナ	鶏ささみ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 バナナ	うどん・でん粉 さつま芋	醤油	ツナの青のりおかゆ

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。