

離乳献立表



日中はまだまだ暑い日が続きますが、朝夕はいつの間にか秋の気配が感じられるようになりました。
季節の変わり目は一日の気温差が激しく体調を崩してしまいがちです。秋といえば「食欲の秋」。
規則正しい生活を心掛け、旬の野菜を満喫して、残暑を乗り越えましょう。



2025年09月								
日付	献立					10時おやつ (後期・完了)	3時おやつ (後期・完了)	行事
			中期	後期	完了			
01月	御飯(雑穀入り) ししゃもフライ 五目豆煮 味噌汁(卵・チンゲン菜)	主食 主菜 副菜 汁	米 鮭、キャベツ 人参、ほうれん草 野菜スープ	米 鮭、キャベツ、玉葱 人参、大根 ほうれん草	米 鮭、キャベツ、玉葱 人参、大根 ほうれん草	牛乳	ホットケーキ粉 豆乳	
02火	御飯 豚肉とズッキーニの炒め物 にんじんしりしり マカロニスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 じゃが芋、玉葱 人参、キャベツ 野菜スープ	米 豚肉、玉葱 人参、マカロニ キャベツ	米 豚肉、玉葱 人参、マカロニ キャベツ	蒸しじゃがいも	ヨーグルト 南瓜	
03水	御飯 鶏じゃが コーンサラダ 味噌汁(豆腐・小松菜)	主食 主菜 副菜 汁	米 小松菜、豆腐 玉葱、人参 野菜スープ	米 鶏肉、玉葱、じゃが芋 人参、胡瓜 豆腐、小松菜	米 鶏肉、玉葱、じゃが芋 人参、胡瓜 豆腐、小松菜	豆乳	米 かつお節	
04木	御飯 焼きビーフン 厚揚げサラダ わかめスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 大根、人参 キャベツ、ほうれん草 野菜スープ	米 豚肉、キャベツ、葱 人参、胡瓜 ほうれん草	米 豚肉、キャベツ、葱 人参、胡瓜 ほうれん草	茹大根	小麦粉 しらす	
05金	御飯 鶏肉と南瓜のカレー炒め 小松菜ともやしの和え物 味噌汁(油揚げ・大根)	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、南瓜 小松菜、玉葱 野菜スープ	米 鶏肉、南瓜、玉葱 小松菜、ブロッコリー 大根	米 鶏肉、南瓜、玉葱 小松菜、ブロッコリー 大根	茹人参	食パン	
06土	そうめん すいか	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、大根 ほうれん草、南瓜 野菜スープ	米 じゃが芋、玉葱 人参、大根 ほうれん草	米 じゃが芋、玉葱 人参、大根 ほうれん草			
08月	御飯 鮭のゆうあん焼き 刻み昆布煮 味噌汁(キャベツ・じゃがいも)	主食 主菜 副菜 汁	米 鮭、玉葱 じゃが芋、キャベツ 野菜スープ	米 鮭、じゃが芋、玉葱 人参、ブロッコリー キャベツ	米 鮭、じゃが芋、玉葱 人参、ブロッコリー キャベツ	牛乳	ホットケーキ粉 豆乳	
09火	御飯 ラタトゥイユチキン ポテトサラダ 野菜スープ(セロリ・コーン)	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、玉葱 じゃが芋、ほうれん草 野菜スープ	米 鶏肉、玉葱、じゃが芋 人参、胡瓜 ほうれん草	米 鶏肉、玉葱、じゃが芋 人参、胡瓜 ほうれん草	茹人参	ヨーグルト 南瓜	
10水	冷やし中華 ちくわ磯辺揚げ 飲むヨーグルト	主食 主菜 副菜 汁	米 じゃが芋、人参 小松菜、南瓜 野菜スープ	米 鶏肉、玉葱 人参、胡瓜 ブロッコリー	米 鶏肉、玉葱 人参、胡瓜 ブロッコリー	蒸しじゃがいも	米 しらす 小松菜	
11木	御飯 いり鶏 五目納豆 味噌汁(なめこ・あさつき)	主食 主菜 副菜 汁	米 大根、人参 小松菜、南瓜 野菜スープ	米 鶏肉、玉葱 人参、納豆 小松菜	米 鶏肉、玉葱 人参、納豆 小松菜	茹大根	手作りパン	敬老会
12金	麦御飯 キーマカレー チーズサラダ バナナ	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、人参 キャベツ、じゃが芋 野菜スープ	米 豚肉、玉葱、キャベツ 胡瓜、人参、バナナ(茹で)	米 豚肉、玉葱、キャベツ 胡瓜、人参、バナナ	蒸しパン	じゃが芋	
13土	焼きうどん 野菜スープ	主食 主菜 副菜 汁	うどん 人参、キャベツ 玉葱、南瓜 野菜スープ	うどん 豚肉、玉葱、キャベツ 人参	うどん 豚肉、玉葱、キャベツ 人参			
16火	チャーハン 中華風春雨サラダ 中華コーンスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、人参 大根、ほうれん草 野菜スープ	米 豚肉、玉葱 人参、胡瓜 ほうれん草	米 豚肉、玉葱 人参、胡瓜 ほうれん草	牛乳	ホットケーキ粉 豆乳	
17水	御飯 ひじきハンバーグ インディアンサラダ ポテトスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 大根、豆腐 キャベツ、じゃが芋 野菜スープ	米 鶏肉、豆腐、玉葱 胡瓜、人参 じゃが芋	米 鶏肉、豆腐、玉葱 胡瓜、人参 じゃが芋	茹大根	バナナ	体操教室
18木	ロールパン 鶏の唐揚げ オーロラサラダ オニオンスープ	主食 主菜 副菜 汁	食パン キャベツ、人参 玉葱、ブロッコリー 野菜スープ	食パン 鶏肉、キャベツ、じゃが芋 人参、ブロッコリー 玉葱	食パン 鶏肉、キャベツ、じゃが芋 人参、ブロッコリー 玉葱	豆乳	米 かつお節	避難訓練
19金	御飯 豚肉の生姜焼き 南瓜煮 味噌汁(油揚げ・茄子)	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、南瓜 キャベツ、人参 野菜スープ	米 豚肉、玉葱、キャベツ 南瓜、大根 ほうれん草	米 豚肉、玉葱、キャベツ 南瓜、大根 ほうれん草	蒸しじゃがいも	ホットケーキ粉 豆乳	
20土	味噌ラーメン バナナ	主食 主菜 副菜 汁	そうめん 玉葱、人参 キャベツ、じゃが芋 野菜スープ	そうめん 豚肉、玉葱、キャベツ 人参、じゃが芋、バナナ(茹で)	そうめん 豚肉、玉葱、キャベツ 人参、じゃが芋、バナナ			
22月	御飯 鯖のシュンユイ ほうれん草のナムル 味噌汁(あさつき・かぼちゃ)	主食 主菜 副菜 汁	米 鮭、ほうれん草 南瓜、キャベツ 野菜スープ	米 鮭、玉葱、ほうれん草 人参、大根 南瓜	米 鮭、玉葱、ほうれん草 人参、大根 南瓜	牛乳	小麦粉 キャベツ	
24水	豚丼 きゅうりとわかめの酢の物 味噌汁(キャベツ・えのき)	主食 主菜 副菜 汁	米 大根、玉葱 キャベツ、人参 野菜スープ	米 豚肉、玉葱 人参、胡瓜 キャベツ	米 豚肉、玉葱 人参、胡瓜 キャベツ	茹大根	ホットケーキ粉 豆乳	
25木	御飯(雑穀入り) 鶏肉のゴマネーズ焼き かみかみサラダ オレンジ 味噌汁(油揚げ・豆腐)	主食 主菜 副菜 汁	米 豆腐、人参 じゃが芋、ほうれん草 野菜スープ	米 鶏肉、玉葱、レタス 人参、胡瓜、バナナ(茹で) 豆腐	米 鶏肉、玉葱、レタス 人参、胡瓜、バナナ 豆腐	豆乳	ヨーグルト 南瓜	誕生会
26金	冷やしたぬき じゃが芋の甘辛 飲むヨーグルト	主食 主菜 副菜 汁	うどん じゃが芋、人参 南瓜、ブロッコリー 野菜スープ	うどん 鶏肉、玉葱、じゃが芋 じゃが芋、胡瓜	うどん 鶏肉、玉葱、じゃが芋 じゃが芋、胡瓜	茹人参	米 人参	
27土	ほうれん草とベーコンのパスタ 野菜スープ	主食 主菜 副菜 汁	スパゲッティ ほうれん草、玉葱 人参、じゃが芋 野菜スープ	スパゲッティ 豚肉、ほうれん草、玉葱 人参 じゃが芋	スパゲッティ 豚肉、ほうれん草、玉葱 人参 じゃが芋			
29月	御飯 鮭のフライ 切干サラダ 味噌汁(鮭・わかめ・ねぎ)	主食 主菜 副菜 汁	米 鮭、キャベツ 玉葱、人参 野菜スープ	米 鮭、キャベツ、玉葱 人参、胡瓜 ねぎ	米 鮭、キャベツ、玉葱 人参、胡瓜 ねぎ	牛乳	蒸しパン	
30火	御飯 厚揚げの肉詰め わかめサラダ 味噌汁(大根・人参)	主食 主菜 副菜 汁	米 豆腐、人参 大根、じゃが芋 野菜スープ	米 豚肉、豆腐、葱 胡瓜、人参 大根	米 豚肉、豆腐、葱 胡瓜、人参 大根	蒸しじゃがいも	小麦粉 人参、葱	

※献立は都合により変更することがあります。 ※未満児は午前おやつ・昼食・午後おやつ時に麦茶を提供します。以上児は状況に応じて麦茶を提供します。