



# 離乳後期献立予定表



ベビーかろーれ 令和4年 9月

日	曜	昼食		午後おやつ		
		献立	材料	献立名	材料	
1	15	木	5倍がゆ 白身魚と野菜の煮物 たまねぎのお味噌汁	精白米、昆布出汁、白身魚、にんじん、キャベツ、ほうれんそう、たまねぎ	にんじんむしパン	にんじん、薄力粉、ベーキングパウダー、牛乳
2	16	金	5倍がゆ ささみと野菜の煮物 じゃがいものスープ	精白米、昆布出汁、ささみ、たまねぎ、にんじん、じゃがいも	青菜のおにぎり	精白米、小松菜、ごま
3	17	土	とりひき肉と野菜の煮込みうどん わかめのすまし汁	うどん、昆布出汁、とりひき肉、にんじん、たまねぎ、キャベツ、わかめ	焼きおにぎり	精白米、ごま
5	-	月	5倍がゆ しらすと野菜の煮物 かぼちゃのお味噌汁	精白米、昆布出汁、しらす、ひじき、ほうれんそう、にんじん、かぼちゃ、たまねぎ	フルーツかん	りんごジュース、寒天
6	20	火	豚ひき肉と野菜の煮込みうどん キャベツのスープ	うどん、昆布出汁、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、だいこん、キャベツ	五平餅	精白米、ごま
7	21	水	5倍がゆ ささみと野菜の煮物 青菜のお味噌汁	精白米、昆布出汁、ささみ、たまねぎ、キャベツ、ブロッコリー、ほうれんそう	ふかしいも	さつまいも
8	22	木	5倍がゆ とりひき肉と野菜の煮物 ブロッコリーのスープ	精白米、昆布出汁、とりひき肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー	ごまとおかかのおにぎり	精白米、かつお節、ごま
9	-	金	にんじんいり5倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 わかめのすまし汁	精白米、昆布出汁、にんじん、豆腐、たまねぎ、小松菜、キャベツ、わかめ	お月見かぼちゃもち	かぼちゃ、牛乳
10	24	土	5倍がゆ ささみと野菜の煮物 ほうれんそうのスープ	精白米、昆布出汁、ささみ、にんじん、たまねぎ、コーン、ほうれんそう	むしパン	薄力粉、ベーキングパウダー、牛乳
12	26	月	5倍がゆ ささみと野菜の煮物 ちんげん菜のお味噌汁	精白米、昆布出汁、ささみ、はくさい、にんじん、もやし、たまねぎ、ちんげんさい	さつまいもとりんごのコンポート	さつまいも、りんご
13	27	火	5倍がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 ほうれんそうのすまし汁	精白米、昆布出汁、高野豆腐、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう	きな粉サンド	食パン、きな粉、牛乳
14	28	水	しらすと野菜の煮込みうどん かぼちゃのお味噌汁	うどん、昆布出汁、しらす、だいこん、にんじん、キャベツ、わかめ、かぼちゃ、たまねぎ	ツナと青菜のおにぎり	精白米、小松菜、ツナ、ごま
-	29	木	5倍がゆ ささみと野菜の煮物 キャベツのスープ	精白米、昆布出汁、ささみ、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、キャベツ	フルーツ寒天	りんごジュース、寒天
-	30	金	5倍がゆ ツナと野菜の煮物 たまねぎのお味噌汁	精白米、昆布出汁、ツナ、たまねぎ、キャベツ、ブロッコリー、にんじん	ごはん焼き(ひじき)	精白米、ひじき、ツナ、かつお節

\*午前の子供用おやつについて\*  
月齢や、個々の成長に応じたもの(ポーロ、おせんべいなど)を提供します。(生活リズムにより提供しないこともあります)

※都合により献立を変更することがございます。  
ご了承ください。

