

# 9月 離乳食献立表(3～4段階)

2025年

星ヶ丘にじ保育園

| 第4段階(12～18ヶ月) 第3段階(9～11ヶ月) |                                                             |                                                                                                                     |
|----------------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 日付                         | 献立名                                                         | 材 料 名                                                                                                               |
| 1月                         | 御飯<br>たらのしょうゆ焼き<br>ほうれん草の和えもの<br>オクラのすまし汁<br>【おやつ】かぼちゃのおやき  | 米<br>たら しょうゆ<br>ほうれん草 にんじん しょうゆ<br>オクラ だいこん かつおだし汁 しょうゆ 食塩<br>かぼちゃ 砂糖 油                                             |
| 2火                         | トマトライス<br>ブロッコリーのソテー<br>きのこスープ<br>【おやつ】ラスク                  | 米 トマト たまねぎ なす コンソメ<br>ブロッコリー ズッキーニ にんじん 中華だしの素 油<br>しめじ えのきたけ コンソメ 食塩<br>米粉パン 砂糖 豆乳マーガリン                            |
| 3水                         | 御飯<br>ホキの中華蒸し<br>切り干し大根サラダ<br>にんじんスープ<br>【おやつ】フルーツ豆乳ヨーグルト   | 米<br>ホキ 中華だしの素<br>切り干しだいこん カットわかめ ツナ水煮缶 マヨネーズ しょうゆ<br>にんじん コーン 中華だしの素 食塩<br>豆乳ヨーグルト もも缶 パイン缶                        |
| 4木                         | 御飯<br>シチュー<br>マカロニサラダ<br>【おやつ】チヂミ                           | 米<br>鶏肉 にんじん たまねぎ じゃがいも 豆乳 コンソメ<br>マカロニ きゅうり にんじん 酢 砂糖 食塩 油<br>米粉 豚ひき肉 しらす干し しょうゆ 砂糖                                |
| 5金                         | 御飯<br>青菜のチャンプルー<br>キャベツのマヨネーズ和え<br>さつまいものみそ汁<br>【おやつ】焼きドーナツ | 米<br>豚肉 木綿豆腐 にんじん たまねぎ チンゲンサイ コンソメ<br>キャベツ にんじん マヨネーズ<br>さつまいも たまねぎ みつば かつおだし汁 米みそ<br>ホットケーキ粉 砂糖 木綿豆腐 油             |
| 6土                         | 肉うどん<br>ツナ和え<br>【おやつ】赤ちゃんスナック                               | うどん 豚肉 にんじん だいこん ねぎ かつおだし汁 しょうゆ 砂糖<br>キャベツ きゅうり ツナ缶 しょうゆ<br>赤ちゃんせんべい                                                |
| 8月                         | 御飯<br>鮭の甘辛焼き<br>里いもの煮物<br>小松菜のすまし汁<br>【おやつ】鬼まんじゅう           | 米<br>さけ 砂糖 しょうゆ<br>さといも にんじん 豚ひき肉 しょうゆ 砂糖 かつおだし汁<br>こまつな にんじん かつおだし汁 しょうゆ 食塩<br>さつまいも 小麦粉 砂糖 食塩                     |
| 9火                         | 御飯<br>ハンバーグ<br>白菜サラダ<br>カラフルスープ<br>【おやつ】ジャムパン               | 米<br>豚ひき肉 たまねぎ 片栗粉 食塩 ケチャップ<br>はくさい にんじん マヨネーズ<br>ブロッコリー たまねぎ コーン コンソメ 食塩<br>米粉パン いちごジャム                            |
| 10水                        | 御飯<br>ささみソテー<br>もやしの中華和え<br>玉ねぎスープ<br>【おやつ】オレンジゼリー          | 米<br>ささみ 米粉 食塩 油<br>もやし きゅうり 中華だしの素<br>たまねぎ にんじん 中華だしの素 食塩<br>オレンジ果汁 粉かんでん 砂糖                                       |
| 11木                        | 御飯<br>銀ひらすのムニエル<br>白和え<br>わかめのみそ汁<br>【おやつ】じゃがいものおやき         | 米<br>銀ひらす 食塩 米粉 油<br>木綿豆腐 小松菜 にんじん ひじき しょうゆ 砂糖<br>カットわかめ にんじん かつおだし汁 米みそ<br>じゃがいも ツナ缶 食塩 油 片栗粉                      |
| 12金                        | チキンピラフ<br>大根とツナの煮物<br>キャベツのスープ<br>【おやつ】焼きうどん                | 米 鶏肉 たまねぎ にんじん ピーマン 中華だしの素 油<br>だいこん にんじん ツナ缶 かつおだし汁 砂糖 しょうゆ<br>キャベツ ねぎ 木綿豆腐 中華だしの素 食塩<br>うどん 豚肉 こまつな にんじん 中華だしの素 油 |
| 13土                        | 三色丼<br>豆腐のすまし汁<br>【おやつ】赤ちゃんスナック                             | 米 鶏ひき肉 にんじん こまつな しょうゆ 砂糖<br>木綿豆腐 にんじん ねぎ かつおだし汁 しょうゆ 食塩<br>赤ちゃんせんべい                                                 |

\* 第3段階(6倍がゆ)第4段階(5倍がゆ)です

\* 段階に合わせて食べやすい状態に調理しています

\* 給食献立は都合により変更する場合がありますが、ご了承ください

\* 材料名のマヨネーズは卵不使用、大豆使用のマヨネーズです



**第4段階(12～18ヶ月) 第3段階(9～11ヶ月)**

| 日付  | 献立名                                                   | 材 料 名                                                                                                               |
|-----|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 15月 | 敬老の日                                                  |                                                                                                                     |
| 16火 | 御飯<br>たらのソテー<br>きゅうりの酢の物<br>キャベツのみそ汁<br>【おやつ】スイートポテト  | 米<br>たら コンソメ<br>きゅうり カットわかめ みかん缶 酢 砂糖 食塩<br>キャベツ たまねぎ かつおだし汁 米みそ<br>さつまいも りんご 砂糖                                    |
| 17水 | すき煮丼<br>なすのソテー<br>チンゲン菜のスープ<br>【おやつ】コーンフレークの豆乳煮       | 米 鶏肉 ねぎ たまねぎ しょうゆ 砂糖 かつおだし汁 片栗粉<br>なす にんじん 中華だしの素<br>チンゲンサイ たまねぎ 中華だしの素 食塩<br>コーンフレーク 豆乳                            |
| 18木 | 御飯<br>ボークチャップ<br>マカロニソテー<br>もやしのスープ<br>【おやつ】杏仁豆腐      | 米<br>豚肉 たまねぎ にんじん じゃがいも ピーマン ケチャップ コンソメ 砂糖<br>マカロニ ほうれんそう コーン 中華だしの素 油<br>もやし たまねぎ コンソメ 食塩<br>パイン缶 洋なし缶 豆乳 砂糖 粉かんでん |
| 19金 | 御飯<br>鮭のパン粉焼き<br>ひじきサラダ<br>豆乳スープ<br>【おやつ】りんごコンポート     | 米<br>さけ パン粉 油 食塩<br>ひじき ズッキーニ にんじん マヨネーズ しょうゆ<br>豆乳 はくさい しめじ コンソメ 食塩<br>りんご 砂糖                                      |
| 20土 | ツナスパゲティ<br>オクラスープ<br>【おやつ】赤ちゃんスナック                    | スパゲティ ツナ缶 にんじん こまつな コンソメ 食塩<br>オクラ にんじん たまねぎ 中華だしの素 食塩<br>赤ちゃんせんべい                                                  |
| 22月 | 御飯<br>ホキの塩焼き<br>じゃがいものみそ炒め<br>みつばのすまし汁<br>【おやつ】ももゼリー  | 米<br>ホキ 食塩<br>じゃがいも 鶏ひき肉 しめじ 米みそ 砂糖<br>みつば たまねぎ かつおだし汁 しょうゆ 食塩<br>もも缶 粉かんでん 砂糖                                      |
| 23火 | 秋分の日                                                  |                                                                                                                     |
| 24水 | 御飯<br>ツナの炒り豆腐<br>小松菜の煮びたし<br>けんちんみそ汁<br>【おやつ】みたらしいもち  | 米<br>木綿豆腐 ツナ缶 ひじき にんじん たまねぎ しょうゆ 砂糖<br>こまつな はくさい 油揚げ かつおだし汁 しょうゆ 砂糖<br>さといも にんじん ねぎ かつおだし汁 米みそ<br>さつまいも しょうゆ 砂糖 片栗粉 |
| 25木 | 春雨丼<br>大根の中華サラダ<br>白菜スープ<br>【おやつ】オレンジ蒸しパン             | 米 豚ひき肉 はるさめ にんじん たまねぎ コンソメ 砂糖 しょうゆ 片栗粉<br>だいこん コーン 酢 砂糖 しょうゆ 中華だしの素<br>はくさい たまねぎ 中華だしの素 食塩<br>オレンジ果汁 ホットケーキ粉 油      |
| 26金 | 御飯<br>鶏肉のコーン焼き<br>スイートポテトサラダ<br>トマトスープ<br>【おやつ】お麴ラスク  | 米<br>鶏肉 コーン しょうゆ<br>さつまいも ブロッコリー にんじん マヨネーズ 食塩<br>トマト たまねぎ コンソメ 食塩<br>焼ふ 砂糖 豆乳マーガリン                                 |
| 27土 | ひじき御飯<br>チンゲンサイのソテー<br>【おやつ】赤ちゃんスナック                  | 米 ひじき 油揚げ にんじん いんげん しょうゆ かつおだし汁<br>チンゲンサイ コーン 中華だしの素<br>赤ちゃんせんべい                                                    |
| 29月 | 御飯<br>豚肉と野菜のどて煮<br>かぼちゃサラダ<br>吉野汁<br>【おやつ】フルーツポンチ     | 米<br>豚肉 だいこん にんじん ねぎ 米みそ しょうゆ 砂糖<br>かぼちゃ きゅうり マヨネーズ<br>はくさい たまねぎ えのきたけ みつば かつおだし汁 しょうゆ 食塩 片栗粉<br>洋なし缶 みかん缶 砂糖       |
| 30火 | 御飯<br>ケチャップスパゲティ<br>コールスローサラダ<br>コーンスープ<br>【おやつ】豆乳プリン | 米<br>スパゲティ 鶏ひき肉 たまねぎ じゃがいも にんじん ケチャップ 食塩<br>キャベツ きゅうり 酢 砂糖 食塩 油<br>コーン たまねぎ コンソメ 食塩<br>豆乳 砂糖 粉かんでん                  |

# 9月 離乳食献立表(1・2段階)

2025年

星ヶ丘にじ保育園

| 第2段階(7～8ヶ月) |                         |                                                        | 第1段階(5～6ヶ月)            |
|-------------|-------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------|
| 日付          | 献立名                     | 材 料 名                                                  | 材料名                    |
| 1月          | 御飯<br>たら<br>ほうれんそうのお浸し  | 米<br>たら かつおだし汁<br>ほうれんそう にんじん だいこん かつおだし汁              | 御飯<br>だいこん<br>キャベツ     |
| 2火          | トマトライス<br>ブロッコリーのソテー    | 米 トマト たまねぎ なす かつおだし汁<br>ブロッコリー ズッキーニ にんじん かつおだし汁       | 御飯<br>かぶ<br>じゃがいも      |
| 3水          | 御飯<br>ホキの煮つけ<br>にんじんスープ | 米<br>ホキ さつまいも かつおだし汁<br>にんじん コーン かつおだし汁                | 御飯<br>にんじん<br>さつまいも    |
| 4木          | 御飯<br>チキンポトフ<br>マカロニサラダ | 米<br>鶏ささみ にんじん たまねぎ じゃがいも かつおだし汁<br>マカロニ きゅうり かつおだし汁   | 御飯<br>かぼちゃ<br>たまねぎ     |
| 5金          | 御飯<br>青菜のチャンプルー<br>さつま汁 | 米<br>鶏ひき肉 木綿豆腐 ほうれんそう にんじん かつおだし汁<br>さつまいも たまねぎ かつおだし汁 | 御飯<br>ほうれんそう<br>カリフラワー |
| 6土          | しらすうどん                  | うどん しらす干し にんじん だいこん こまつな かつおだし汁                        | 御飯<br>こまつな<br>ブロッコリー   |
| 8月          | 御飯<br>鮭<br>ほうれん草のすまし汁   | 米<br>さけ かつおだし汁<br>ほうれんそう にんじん かぶ かつおだし汁                | 御飯<br>かぶ<br>かぼちゃ       |
| 9火          | 御飯<br>ハンバーグ<br>白菜サラダ    | 米<br>鶏ひき肉 たまねぎ かつおだし汁<br>はくさい ブロッコリー にんじん かつおだし汁       | 御飯<br>だいこん<br>はくさい     |
| 10水         | 御飯<br>鶏ささみ<br>玉ねぎスープ    | 米<br>鶏ささみ かつおだし汁<br>たまねぎ こまつな コーン かつおだし汁               | 御飯<br>たまねぎ<br>こまつな     |
| 11木         | 御飯<br>かじきのポテトソテー<br>白和え | 米<br>かじき じゃがいも かつおだし汁<br>木綿豆腐 にんじん さやえんどう かつおだし汁       | 御飯<br>じゃがいも<br>キャベツ    |
| 12金         | チキンピラフ<br>キャベツスープ       | 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん かつおだし汁<br>キャベツ さつまいも かつおだし汁           | 御飯<br>さつまいも<br>ブロッコリー  |
| 13土         | 豆腐そぼろ丼                  | 米 木綿豆腐 ホキ にんじん ほうれんそう だいこん かつおだし汁                      | 御飯<br>カリフラワー<br>にんじん   |

\*第1段階(10倍がゆ)第2段階(7倍がゆ)です

\*段階に合わせて食べやすい状態に調理しています

\*給食献立は都合により変更する場合があります、ありますがご了承ください



| 第2段階(7～8ヶ月) |                            |                                                           | 第1段階(5～6ヶ月)           |
|-------------|----------------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------|
| 日付          | 献立名                        | 材 料 名                                                     | 献立名                   |
| 15月         | 敬老の日                       |                                                           |                       |
| 16火         | 御飯<br>たらのムニエル<br>きゅうりの酢の物  | 米<br>たら たまねぎ かつおだし汁<br>きゅうり かぶ コーン かつおだし汁                 | 御飯<br>たまねぎ<br>ほうれんそう  |
| 17水         | すき煮丼<br>なすのソテー             | 米 鶏ささみ たまねぎ こまつな かつおだし汁<br>なす にんじん かつおだし汁                 | 御飯<br>こまつな<br>だいこん    |
| 18木         | 御飯<br>鶏肉と野菜の炒め物<br>マカロニソテー | 米<br>鶏ひき肉 さつまいも にんじん ブッキーニ かつおだし汁<br>マカロニ ほうれんそう かつおだし汁   | 御飯<br>キャベツ<br>さつまいも   |
| 19金         | 御飯<br>鮭のちゃんちゃん焼き<br>かぼちゃ煮  | 米<br>さけ キャベツ にんじん かつおだし汁<br>かぼちゃ かつおだし汁                   | 御飯<br>かぼちゃ<br>ブロッコリー  |
| 20土         | チキンスパゲティ                   | スパゲティ 鶏ささみ にんじん オクラ かつおだし汁                                | 御飯<br>にんじん<br>かぶ      |
| 22月         | 御飯<br>ホキ<br>じゃがいもソテー       | 米<br>ホキ かつおだし汁<br>じゃがいも にんじん こまつな かつおだし汁                  | 御飯<br>はくさい<br>こまつな    |
| 23火         | 秋分の日                       |                                                           |                       |
| 24水         | 御飯<br>炒り豆腐<br>小松菜の煮びたし     | 米<br>木綿豆腐 鶏ひき肉 にんじん かぶ かつおだし汁<br>こまつな カリフラワー かつおだし汁       | 御飯<br>じゃがいも<br>カリフラワー |
| 25木         | しらす丼<br>大根サラダ              | 米 しらす干し にんじん キャベツ かつおだし汁<br>だいこん ブロッコリー かつおだし汁            | 御飯<br>にんじん<br>たまねぎ    |
| 26金         | 御飯<br>鶏ささみのコーン焼き<br>トマトスープ | 米<br>鶏ささみ コーン カリフラワー かつおだし汁<br>トマト たまねぎ かつおだし汁            | 御飯<br>キャベツ<br>ブロッコリー  |
| 27土         | 混ぜがゆ                       | 米 たら にんじん ほうれんそう いんげん かつおだし汁                              | 御飯<br>ほうれんそう<br>かぶ    |
| 29月         | 御飯<br>鶏ひき肉と大根の煮物<br>吉野汁    | 米<br>鶏ひき肉 だいこん にんじん かつおだし汁<br>はくさい たまねぎ こまつな かつおだし汁       | 御飯<br>かぼちゃ<br>だいこん    |
| 30火         | 御飯<br>スパゲティ<br>コールスローサラダ   | 米<br>スパゲティ かじき トマト たまねぎ かつおだし汁<br>キャベツ きゅうり カリフラワー かつおだし汁 | 御飯<br>カリフラワー<br>さつまいも |