



9月

離乳食献立予定表

施設長	主任	担当者

平成25年9月

日(曜)	献立名(共通分)AM	間食(AM)	離乳食PM(後期)
1(日)		野菜の下処理のポイント!	
2(月)	おかゆ さつま芋のグラタン 若布汁		あけぼのがゆ オレンジ
3(火)	おかゆ ほうれん草の煮浸し 豆腐汁		ポテトのチーズ焼き 麦茶
4(水)	おかゆ さつま芋入り五目納豆 栄養麩汁		バナナブレッド 麦茶
5(木)	おかゆ ひじきの寄せ煮 ニラ汁	 花部(つぼみ)をこまかく刻む	たまご雑炊 ぶどう
6(金)	おかゆ 大根の柔らか煮 豆麩汁	 みじん切りしたいモグモグ期では、花部をキッチンばさみで刻み、そのままなべに入れて煮るとカンタン。	あんかけうどん 麦茶
7(土)	おかゆ 炒り豆腐 ころころスープ		きな粉パンがゆ 麦茶
8(日)			
9(月)	おかゆ きゃべつのチーズ和え 玉ねぎ汁		ぶどう杏仁豆腐 クラッカー
10(火)	おかゆ 鮭フレーク さつま芋サラダ 若布汁		パンプキンサンド 梨
11(水)	おかゆ やわらかきんぴら ニラ玉汁		スイートポテト 麦茶
12(木)	おかゆ じゃが芋の五色煮 なす汁	 ゆでてから調理すると食べやすい	きな粉マカロニ 麦茶
13(金)	おかゆ 和風マーボー豆腐 きのこ汁		さつま芋がゆ 梨
14(土)	おかゆ ブロッコリーの旨煮 じゃが芋汁		キャロットケーキ 麦茶
15(日)		 沸騰した湯に入れてゆでるとクセがなくなり、やわらかくなって赤ちゃんもすんなり食べてくれます。刻んで納豆やヨーグルトなどであえても。	
16(月)	敬老の日		
17(火)	おかゆ 肉団子 温野菜 豆腐汁		おかか雑炊 オレンジ
18(水)	おかゆ タラのみそ煮 三色和え 栄養麩汁		ピザトースト 麦茶
19(木)	おかゆ 里芋のひき肉煮 小松菜汁		お月見かぼちゃ団子 麦茶
20(金)	おかゆ きゃべつと人参の煮物 若布汁		チーズリゾット 梨
21(土)	おかゆ マーボーなす たまねぎ汁		プルーンケーキ 麦茶
22(日)		 青菜はゆでて冷水にさらすと色鮮やかに仕上がります。特にほうれんそうは、しばらく水にさらしてアクを抜きましょう。	
23(月)	秋分の日		
24(火)	おかゆ ビーフンソテー 豆腐汁		バナナシェイク ビスケット
25(水)	おかゆ ほうれん草入りポテトサラダ 大根汁		ひじき雑炊 ぶどう
26(木)	おかゆ 凍み豆腐と大根の卵とじ 若布汁		りんごのカップケーキ 麦茶
27(金)	おかゆ ブロッコリーのおかか煮 かぼちゃスープ	 でんぷん質が多くレンジ加熱向き	トマトスパゲティ 麦茶
28(土)	おかゆ じゃが芋の煮物 豆麩汁		園内運動会
29(日)		 でんぷん質が多いため、電子レンジで簡単にやわらかくなります。ラップで包んで加熱し、ラップのままもみつぶしても。	
30(月)	おかゆ マセドアンサラダ 若布汁		しらすがゆ 梨

* 献立は、材料の関係上、一部変更になる場合があります。
* 献立は、後期に合わせて立てています。

初期はドロドロ状
中期は舌でつぶせる固さ
後期は歯ぐきでつぶせる固さです。



門田報徳保育園