

平成 30年度 9月 離乳食献立表 (その1)

保育課

日	A (初期) 6か月	B (中期) 7~8か月	C (後期) 9~11か月	D (完了期) 12~18か月
1 ・ 土	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
	昼食 つぶし粥 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (にんじん・たまねぎ・小松菜 葉先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 魚と野菜の煮物 (白身魚・にんじん・たまねぎ・ゆで汁・でん ぷん) 野菜の汁もの (小松菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 肉じゃが (調味料1/3量、カレー肉じゃがのカ レー抜き、ケチャップごく少量、グリン ピース薄皮除く又は除く) あおなともやしのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める、もやし細かく 刻む)	軟飯 カレー肉じゃが (調味料半量、カレー粉風味程度家庭 に確認、ケチャップ極少量、グリンピ ース薄皮除く又は除く) あおなともやしのみそ汁 (だし汁で2倍に薄める、もやし細かく 刻む)
3 ・ 月	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
	昼食 つぶし粥 魚の磯煮 (白身魚・青のり粉) 煮野菜 (にんじん・ピーマン・なす皮む く・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 鶏肉と野菜の煮物 (鶏ささみ肉・にんじん・なす皮むく・ピーマ ン・ゆで汁・でんぷん) 野菜の汁もの(キャベツ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 豚肉となすのみそ炒め (調味料1/3量、なす皮むく) じゃがいもとキャベツのスープ (だし汁で3倍に薄める、ハム少量)	軟飯 豚肉となすのみそ炒め (調味料半量、なす皮むく) じゃがいもとキャベツのスープ (だし汁で2倍に薄める、ハム少量)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク ひじき粥 (米・ひじき)	育児用ミルク ひじきライスのかた粥 (調味料1/3量、グリンピース薄皮除 く又は除く、ホールコーン除く)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ひじきライスの軟飯 (調味料半量、グリンピース薄皮除く又 は除く、ホールコーン細かく刻む)
4 ・ 火	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
	昼食 つぶし粥 凍り豆腐のだし煮 (凍り豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(にんじん・キャベツ・ たまねぎ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 凍り豆腐のだし煮 (凍り豆腐・だし汁・でんぷん) 野菜の汁もの (キャベツ・たまねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 いりどり (調味料1/3量、こんにやく・たけの こ・ごぼう除く) キャベツとたまねぎのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 いりどり (調味料半量、こんにやく除く) キャベツとたまねぎのみそ汁 (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク 野菜粥 (米・にんじん)	育児用ミルク 野菜粥 (米・にんじん・塩少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 にんじんゼリー せんべい
5 ・ 水	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・青のり粉・だし 汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・小松菜葉 先・ゆで汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 煮魚 (白身魚・青のり粉・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (キャベツ・にんじん・ゆで汁・でんぷん) 野菜の汁もの(小松菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 アジの竜田揚げ又は軟らか煮 (調味料1/3) ゆで野菜(調味料1/3量) あおなとえのきのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める、えのき細か く刻んで少量)	軟飯 アジの竜田揚げ (調味料半量) ゆで野菜(調味料半量) あおなとえのきのみそ汁 (だし汁で2倍に薄める、えのき細か く刻んで少量)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク 煮うどん (乾麺・にんじん・小松菜・だし汁)	育児用ミルク 冷やうどん (調味料1/3量、なると除く)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 冷やうどん (調味料半量)
6 ・ 木	朝おやつ 育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 魚のミルク煮 (白身魚・育児用ミルク・でん ぷん) 煮野菜 (にんじん・いんげん・じゃがい も・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 鶏肉と野菜の煮煮 (鶏ささみ肉・にんじん・たまねぎ・育児用ミ ルク・でんぷん) 野菜の汁もの (たまねぎ・じゃがいも・わかめ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 チキンカレー (調味料1/3、カレー粉風味程度、家 庭に確認、ケチャップ極少量、ソース 除く) わかめサラダ (調味料1/3量)	軟飯 チキンカレー (調味料半量、カレー粉風味程度家庭 に確認、ケチャップ・ソース極少量、グ リンピース薄皮除く又は除く) わかめサラダ (調味料半量)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク 麩のだし煮 (麩・だし汁)	育児用ミルク お麩スナック(バター醤油) (調味料1/3量) 冷凍みかん	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 お麩スナック(バター醤油) (調味料半量) 冷凍みかん
7 ・ 金	朝おやつ 育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 豆腐のだし煮 (豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (にんじん・たまねぎ・小松菜 葉先・ゆで汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 (豆腐・にんじん・たまねぎ・いんげん・だし 汁・でんぷん) 野菜の汁もの (小松菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 大豆とジャガイモのとろみ煮 (調味料1/3、大豆薄皮除き細かく刻 む、生あげ豆腐部分又は豆腐) あおなともやしのスープ (だし汁で3倍に薄める、もやし細かく 刻む)	軟飯 大豆とじゃがいものとろみ煮 (調味料半量、大豆薄皮除き刻む、生 あげ豆腐部分又は豆腐) あおなともやしのスープ (だし汁で2倍に薄める、もやし細か く刻む)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク 野菜粥 (米・ピーマン)	育児用ミルク しらすチャーハン (調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 しらすチャーハン (調味料半量)
8 ・ 土	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
	昼食 つぶし粥 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(にんじん・たまねぎ・ チンゲン菜葉先・ゆで汁・でん ぷん) 育児用ミルク	おかゆ 魚と野菜の煮物 (白身魚・たまねぎ・にんじん・いんげん・だし 汁・でんぷん) 煮野菜(チンゲン菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 豚肉のケチャップ煮 (調味料1/3量、ケチャップ極少量) じゃがいもとチンゲン菜のスー プ (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 豚肉のケチャップ煮 (調味料半量) じゃがいもとチンゲン菜のスー プ (だし汁で2倍に薄める)



10 ・ 月	朝おやつ	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 凍り豆腐のだし煮 (凍り豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (小松菜葉先・にんじん・キャベツ・ゆで汁・でんぷん)	おかゆ 凍り豆腐と野菜の煮物 (凍り豆腐・小松菜・にんじん・だし汁・でんぷん) 野菜の汁もの	かた粥 豚肉と小松菜の炒め物 (調味料1/3量、しょうが風味程度、もやし細かく刻む) じゃがいもとキャベツのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 豚肉と小松菜の炒め物 (調味料半量、しょうが風味程度、もやし細かく刻む) じゃがいもとキャベツのみそ汁 (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 野菜粥 (米・トマトピューレ・たまねぎ)	育児用ミルク ジャンバラヤの硬粥 (調味料1/3量、にんにく風味程度、ウィンナー少量)	育児用ミルク又は乳飲料又は麦茶 ジャンバラヤの軟飯 (調味料半量、にんにく風味程度、ウィンナー少量)
11 ・ 火	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
	昼食	つぶし粥 魚のヨーグルト和え (白身魚・ヨーグルト・ゆで汁少々) 煮野菜 (さつまいも・きゅうり・にんじん・でんぷん)	おかゆ 鶏肉のヨーグルト和え (鶏ささみ肉・ヨーグルト・ゆで汁少々) 煮野菜(さつまいも・きゅうり・でんぷん) わかめの汁もの (わかめ・にんじん・だし汁)	かた粥 鶏肉のごまみそ焼き (調味料1/3量、ゴマよくする) さつまいものサラダ (調味料1/3量、ハム少量) わかめともやしのみそ汁(だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 鶏肉のごまみそ焼き (調味料半量、ゴマよくする) さつまいものサラダ (調味料半量、ハム少量) わかめともやしのみそ汁 (だし汁で2倍に薄める、もやし細かく刻む)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 煮うどん (乾麺・にんじん・きゅうり・だし汁)	育児用ミルク ジャージャー麺 (調味料1/3量、生姜・にんにく風味程度、乾中華麺→乾麺)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ジャージャー麺 (調味料半量、生姜・にんにく風味程度)
12 ・ 水	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
	昼食	つぶし粥 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (オクラ種除く・小松菜葉先・ゆで汁・でんぷん)	おかゆ 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (オクラ種除く・キャベツ・ゆで汁・でんぷん) 野菜の汁物 (小松菜・にんじん・だし汁)	かた粥 鱈の照り焼き (調味料1/3量) オクラの削り節和え (調味料1/3量、オクラ種除く) あおなともやしのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 鱈の照り焼き (調味料半量) オクラの削り節和え (調味料半量、オクラ種除く) あおなともやしのみそ汁 (だし汁で2倍に薄める、もやし細かく刻む)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 芋粥 (さつまいも・水分)	育児用ミルク ふかしいも又は軟らか煮 (調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ふかしいも (調味料半量)
13 ・ 木	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
	昼食	つぶし粥 魚のトマト煮 (白身魚・トマトピューレ・ゆで汁・でんぷん) 煮野菜 (たまねぎ・キャベツ・チンゲン菜葉先・ゆで汁・でんぷん)	おかゆ 鶏肉のトマト煮 (鶏ささみ肉・トマトピューレ・たまねぎ・ゆで汁・でんぷん) 野菜の汁物 (キャベツ・チンゲン菜・にんじん・だし汁)	かた粥 鶏肉とジャガイモのトマト煮 (調味料1/3量、にんにく風味程度、ベーコン少量、ケチャップごく少量、グリーンピース薄皮除く又は除く) キャベツとチンゲン菜の汁もの (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 鶏肉とジャガイモのトマト (調味料半量、にんにく風味程度、ベーコン少量、ケチャップごく少量、グリーンピース薄皮除く又は除く) キャベツとチンゲン菜の汁物 (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク ポテト粥 (じゃがいも・育児用ミルク)	育児用ミルク ポテト粥 (じゃがいも・育児用ミルク)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 チーズマフィン
14 ・ 金	朝おやつ	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 凍り豆腐のだし煮 (凍り豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(にんじん・たまねぎ・わかめ・だし汁・でんぷん)	おかゆ 凍り豆腐と野菜の煮物 (凍り豆腐・にんじん・いんげん・だし汁・でんぷん) 野菜の汁物 (たまねぎ・わかめ・だし汁)	かた粥 五目きんぴら (調味料1/3量、こんにやく・ゴマ・ごぼう除く) じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 五目きんぴら (調味料半量、こんにやく・ゴマ除く) じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 野菜粥(米・にんじん)	育児用ミルク ごはんピザ煮 (調味料1/3量、煮返す、ベーコン少量、マヨネーズ極少量)	育児用ミルク・乳飲料 ごはんピザ煮 (調味料半量、煮返す、ベーコン少量、マヨネーズ極少量)
15 ・ 土	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
	昼食	つぶし粥 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (にんじん・たまねぎ・小松菜葉先・ゆで汁・でんぷん)	おかゆ 魚と野菜の煮物 (白身魚・にんじん・たまねぎ・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (にんじん・たまねぎ・小松菜・だし汁・でんぷん)	かた粥 じゃがいもとこんにやくのそぼろ煮 (調味料1/3量、こんにやく除く、グリーンピース薄皮除く又は除く) あおなとえのきのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める、えのき細かく刻んで少量)	軟飯 じゃがいもとこんにやくのぞぼろ煮 (調味料半量、こんにやく除く、グリーンピース薄皮除く又は除く) あおなとえのきのみそ汁 (だし汁で2倍に薄める、えのき細かく刻んで少量)
17 ・ 月	 <h1 style="display: inline-block; margin: 0 20px;">敬老の日</h1> 				

平成 30年度 9月 離乳食献立表 (NO2)

保育課

日	A (初期) 6か月	B (中期) 7~8か月	C (後期) 9~11か月	D (完了期) 12~18か月
18 ・ 火	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
	昼食 つぶし粥 魚のヨーグルト和え(白身魚・ヨーグルト・ゆで汁少々) 煮野菜 (にんじん・たまねぎ・小松菜葉先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 鶏肉のヨーグルト和え (鶏ささみ肉・ヨーグルト・ゆで汁少々) 野菜の汁物 (にんじん・たまねぎ・小松菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 いりどり (調味料1/3量、こんにやく・たけのこ・ごぼう除く) あおなとたまねぎのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 いりどり (調味料半量、こんにやく除く) あおなと玉ねぎのみそ汁 (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク 野菜粥 (米・たまねぎ) 	育児用ミルク ウィンナーピラフの硬粥 (調味料1/3量、ウィンナー少量)	育児用ミルク又は乳飲料又は麦茶 ウィンナーピラフの軟飯 (調味料半量、ウィンナー少量)
19 ・ 水	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (にんじん・キャベツ・たまねぎ・ゆで汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 煮魚 (鮭・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (きゃべつ・きゅうり・ゆで汁・でんぷん) 野菜の汁もの (にんじん・たまねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鮭のみそ焼き (調味料1/3量) キャベツともやしのごま風味ひたし (調味料1/3量、もやし細かく刻む) ポテトスープ (調味料1/3量)	軟飯 鮭のみそ焼き (調味料半量) キャベツともやしのごま風味ひたし (調味料半量、もやし細かく刻む) ポテトスープ (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク 煮スパゲティ (スパゲティ・にんじん・でんぷん)	育児用ミルク 和風スパゲティ (調味料1/3量、しめじ細かく刻んで少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 和風スパゲティ (調味料半量、しめじ細かく刻んで少量)
20 ・ 木	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 魚のトマト煮 (白身魚・トマトピューレ・ゆで汁・でんぷん) 煮野菜 (キャベツ・たまねぎ・にんじん・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 鶏肉のトマト煮 (鶏ささみ肉・トマトピューレ・たまねぎ・ゆで汁・でんぷん) 煮野菜 (キャベツ・たまねぎ・にんじん・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	かた粥 ミートソースのトマトソースかけ (調味料1/3量) マカロニソテー煮 (調味料1/3量、煮返す) 野菜スープ (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 ミートボールのトマトソースかけ (調味料半量) マカロニソテー (調味料半量) 野菜スープ (だし汁で2倍に薄める) 
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク パン粥 (パン・育児用ミルク)	育児用ミルク ジャム付きパン (ジャム1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ジャム付きパン (ジャム半量)
21 ・ 金	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 豆腐のだし煮 (豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (にんじん・たまねぎ・だいこん・ゆで汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 豆腐と野菜のだし煮 (豆腐・にんじん・たまねぎ・だし汁・でんぷん) 野菜の汁もの (だいこん・にんじん・わかめ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 豆腐のみそそば煮(調味料1/3量、グリンピース薄皮除く) わかめと大根のスープ(だし汁で3倍に薄める、たけのこ除く)	軟飯 豆腐のみそそば煮 (調味料半量、グリンピース薄皮除く) わかめと大根のスープ (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク いも煮 (さつまいも・水分)	育児用ミルク 衣かつぎ(皮なし) (調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 衣かつぎ(皮なし) (調味料半量)
22 ・ 土	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 凍り豆腐のだし煮 (凍り豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (にんじん・キャベツ・ピーマン・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 凍り豆腐と野菜の煮物 (凍り豆腐・にんじん・キャベツ・ピーマン・だし汁・でんぷん) 野菜の汁もの (じゃがいも・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 凍り豆腐とキャベツのみそ炒め (調味料1/3量) じゃがいもともやしのスープ (だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 凍り豆腐とキャベツのみそ炒め (調味料半量) じゃがいもともやしのスープ (だし汁で2倍に薄める、もやし細かく刻む)
24 ・ 月	<h2>秋分の日 振替休日</h2> 			
25 ・ 火	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 凍り豆腐のだし煮 (凍り豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (にんじん・たまねぎ・わかめ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 凍り豆腐と野菜の煮物 (凍り豆腐・にんじん・いんげん・だし汁・でんぷん) 野菜の汁もの (たまねぎ・わかめ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 五目きんぴら (調味料1/3量、こんにやく・ごぼう・ごま除くたけのこ除く) じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 五目きんぴら (調味料半量、こんにやく・ごま除く) じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク スパゲティ煮 (スパゲティ、トマトピューレ・たまねぎ)	育児用ミルク ミートスパゲティ (調味料1/3量、ケチャップ極少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ミートスパゲティ (調味料半量、こんにやく・ごま除く)

26 ・ 水	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 豆腐のだし煮 (豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (小松菜葉先・キャベツ・たまねぎ・ゆで汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 豆腐のだし煮 (豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (小松菜・キャベツ・ゆで汁・でんぷん) 野菜の汁もの (たまねぎ・わかめ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 魚の和風ステーキ (調味料1/3量) 小松菜とキャベツの削り節和え (調味料1/3量) 豆腐とわかめのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める) 	軟飯 魚の和風ステーキ (調味料半量) 小松菜とキャベツの削り節和え (調味料半量、削り節粉状) 豆腐とわかめのみそ汁 (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク さつまいものミルク煮 (さつまいも・育児用ミルク)	育児用ミルク 大学芋煮 (調味料1/3量、ごま除く、煮返す)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 大学芋 (調味料半量、ごま除く)
27 ・ 木	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 魚のミルク煮 (白身魚・育児用ミルク・ゆで汁・でんぷん) 煮野菜 (小松菜葉先・たまねぎ・はくさい・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 鶏肉と野菜のミルク煮 (鶏ささみ肉・たまねぎ・にんじん・育児用ミルク・ゆで汁・でんぷん) 野菜の汁もの (はくさい・たまねぎ・小松菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 マカロニと鶏肉のクリーム煮 (調味料1/3量、グリーンピース薄皮除く、ホールコーン除く) はくさいとおおなのスープ (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 マカロニと鶏肉のクリーム煮 (調味料半量、グリーンピース薄皮除く、ホールコーン細かく刻む) はくさいとおおなのスープ (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク ポテト粥 (じゃがいも・きゅうり・水)	育児用ミルク ポテトサンド (調味料1/3量、マヨネーズ極少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ポテトサンド (調味料半量、マヨネーズ極少量)
28 ・ 金	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 豆腐のだし煮 (豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (にんじん・きゃべつ・小松菜葉先・ゆで汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 (豆腐・にんじん・たまねぎ・いんげん・だし汁・でんぷん) 野菜の汁もの (キャベツ・小松菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 大豆とじゃがいものとりみ煮 (調味料1/3量、大豆薄皮除き細かく刻む、生あげ豆腐部分又は豆腐) キャベツと小松菜のみそ汁 (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 大豆とじゃがいものとりみ煮 (調味料半量、大豆薄皮除き細かく刻む、生あげ豆腐部分又は豆腐) キャベツと小松菜のみそ汁 (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 野菜粥(米・にんじん)	育児用ミルク 豚肉とごぼうのごはんの硬粥 (調味料1/3量、ゴボウ除く)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 豚肉とごぼうのごはんの軟飯 (調味料半量)
29 ・ 土	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (チンゲン菜葉先・にんじん・たまねぎ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 魚と野菜の煮物 (白身魚・にんじん・たまねぎ・だし汁・でんぷん) 野菜の汁もの (チンゲン菜・にんじん・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 みそ肉じゃが (調味料1/3量、グリーンピース薄皮除く又は除く) チンゲン菜ともやしの汁もの (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 みそ肉じゃが (調味料半量、グリーンピース薄皮除く又は除く) チンゲン菜ともやしの汁もの (だし汁で2倍に薄める)
お誕生会	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (小松菜・にんじん・キャベツ・でんぷん)  育児用ミルク	さつまいも入りおかゆ 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (キャベツ・きゅうり・ゆで汁・でんぷん) 野菜の汁もの (小松菜・にんじん・だし汁) 育児用ミルク	さつまいもご飯のかた粥 (調味料1/3量、ごま除く) 魚のかりんと揚げ (調味料1/3量、しょうが風味程度、ケチャップごく少量、ソース除く) ゆで野菜 (調味料半量) 豆腐と小松菜の味噌汁 (だし汁で3倍に薄める)	さつまいもご飯の軟飯 (調味料半量、ごま除く) 魚のかりんと揚げ (調味料半量、しょうが風味程度、ソース・ケチャップごく少量) ゆで野菜 (調味料半量) 豆腐と小松菜の味噌汁 (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク パン粥 (パン・育児用ミルク)	育児用ミルク シュガートースト又は軟らか煮 (パン・バター・さとう)又は煮返し	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 クッキートースト (調味料半量)

☆春は花、秋は月☆



月見の始まりは、里芋を主食にしていた時代の収穫祭でした。豊穣を表す満月になぞらえたお団子を、お月様から見て右側に、左側には供物の上位とされる里芋を中心とした自然のものや秋の七草を飾ります。昔の人は、新月に始まり新月に戻る、日々変わる月の形を、農作業の目安にしていました。その一方で、待宵・十六夜・立待月などと名付け、月の姿を愛で詩心を遊ばせていました。

秋の美りを供え、収穫に感謝し、月にちなんだ食卓で遊び心を呼びさませましょう。今年の中秋の名月は9月24日(月)です。