

		午前食 10:00～										午後食 14:00～									
		7・8ヵ月頃 (中期食)		9ヶ月～11ヶ月頃 (後期食)		12月頃～ (完了期食)		7・8ヵ月 (中期食)		9ヶ月～11ヶ月頃 (後期食)		12月頃～ (完了期食)		7・8ヵ月 (中期食)		9ヶ月～11ヶ月頃 (後期食)		12月頃～ (完了期食)			
くるみの部屋 9月 予定献立表	1	月	おかゆ みそ汁 (冬瓜・あおさ) 鮭と青菜煮 すり流し 二色お浸し	硬がゆ みそ汁 (冬瓜・あおさ) 鮭と青菜煮 二色お浸し	軟飯 みそ汁 (冬瓜・あおさ) 鮭と青菜煮 二色お浸し	くだもの	夕焼け雑炊 (玉ねぎ・人参) ハンバーグ すり流し 粉ふき芋	夕焼け雑炊 (玉ねぎ・人参) ハンバーグ 粉ふき芋	夕焼け雑炊 (玉ねぎ・人参) ハンバーグ 粉ふき芋	くだもの											
	2 16	火	おかゆ みそ汁 (キャベツ・しめじ) マーボ豆腐 かぼちゃ煮	硬がゆ みそ汁 (キャベツ・しめじ) マーボ豆腐 かぼちゃ煮	軟飯 みそ汁 (キャベツ・しめじ) マーボ豆腐 かぼちゃ煮	くだもの	くたくたうどん (玉ねぎ・人参) 魚の人参おろし煮 すり流し 青菜と麩のお浸し	わかめうどん (玉ねぎ・人参) 魚の人参おろし煮 青菜と麩のお浸し	わかめうどん (玉ねぎ・人参) 魚の人参おろし煮 青菜と麩のお浸し	くだもの											
	3 17	水	パンがゆ (スープ) 魚のトマト煮 マッシュポテト	パンがゆ (牛乳) 魚のトマト煮 マッシュポテト	パン スープ 魚のトマト煮 マッシュポテト	くだもの	おかゆ みそ汁 (かぼちゃ・青菜) キャベツのそぼろ煮 すり流し わかめと麩の やわらか煮	硬がゆ みそ汁 (かぼちゃ・青菜) キャベツのそぼろ煮 わかめと麩の やわらか煮	軟飯 みそ汁 (かぼちゃ・青菜) キャベツのそぼろ煮 わかめと麩の やわらか煮	くだもの											
	4 18	木	おかゆ みそ汁 (なめこ・オクラ) 豆腐のそぼろ あんかけ なすの炒め煮	硬がゆ みそ汁 (なめこ・オクラ) 豆腐のそぼろ あんかけ なすの炒め煮	軟飯 みそ汁 (なめこ・オクラ) 手作りがんも なすの炒め煮	くだもの	ちゃんぽんうどん (キャベツ・人参) 魚の西京焼き すり流し 青菜ののり和え	ちゃんぽんうどん (キャベツ・人参) 魚の西京焼き 青菜ののり和え	ちゃんぽんうどん (キャベツ・人参) 魚の西京焼き 青菜ののり和え	くだもの											
	5 19	金	おかゆ すまし汁 (豆腐・わかめ) 魚の照り焼き すり流し トマト煮	硬がゆ すまし汁 (豆腐・わかめ) 魚の照り焼き トマト煮	軟飯 すまし汁 (豆腐・わかめ) 魚の照り焼き トマト煮	くだもの	パンがゆ (スープ) ハンバーグ すり流し 青菜のソテー	パンがゆ (牛乳) ハンバーグ 青菜のソテー	パンケーキ スープ ハンバーグ 青菜のソテー	くだもの											
	6 20	土	煮込みうどん (大根・人参) 青菜のそぼろ あんかけ じゃが芋サラダ	煮込みうどん (大根・人参) 青菜のそぼろ あんかけ じゃが芋サラダ	煮込みうどん (大根・人参) 青菜のそぼろ あんかけ じゃが芋サラダ	くだもの	おかゆ みそ汁 (かぼちゃ・青菜) 煮魚 すり流し 二色お浸し	硬がゆ みそ汁 (かぼちゃ・青菜) 煮魚 二色お浸し	軟飯 みそ汁 (かぼちゃ・青菜) 煮魚 二色お浸し	くだもの											
	8 29	月	おかゆ みそ汁 (大根・あおさ) 肉団子 すり流し 青菜のお浸し	硬がゆ みそ汁 (大根・あおさ) 肉団子 青菜のお浸し	軟飯 みそ汁 (大根・あおさ) 肉団子 青菜のお浸し	くだもの	鮭雑炊 (玉ねぎ・青菜) 豆腐のあんかけ かぼちゃ煮	鮭雑炊 (玉ねぎ・青菜) 豆腐のあんかけ かぼちゃ煮	鮭雑炊 (玉ねぎ・青菜) 豆腐のあんかけ かぼちゃ煮	くだもの											
	9 30	火	おかゆ みそ汁 (なす・玉ねぎ) 魚の西京焼き すり流し 冬瓜と人参の 煮物	納豆ご飯 みそ汁 (なす・玉ねぎ) 魚の西京焼き 冬瓜と人参の 煮物	納豆ご飯 みそ汁 (なす・玉ねぎ) 魚の西京焼き 冬瓜と人参の 煮物	くだもの	けんちんうどん (大根・人参) かぼちゃの そぼろ煮 青菜と麩 のお浸し	けんちんうどん (大根・人参) かぼちゃの そぼろ煮 青菜と麩 のお浸し	けんちんうどん (大根・人参) かぼちゃの そぼろ煮 青菜と麩 のお浸し	くだもの											
	10 22	水	おかゆ すまし汁 (人参・麩) 香味ハンバーグ すり流し キャベツのり和え	硬がゆ すまし汁 (人参・麩) 香味ハンバーグ キャベツのり和え	軟飯 すまし汁 (人参・麩) 香味ハンバーグ キャベツのり和え	くだもの	トマトリゾット (玉ねぎ・人参) 魚のムニエル グリーンソース すり流し マッシュポテト	トマトリゾット (玉ねぎ・人参) 魚のムニエル グリーンソース マッシュポテト	トマトリゾット (玉ねぎ・人参) 魚のムニエル グリーンソース マッシュポテト	くだもの											
	11 25	木	おかゆ みそ汁 (かぼちゃ・青菜) 魚の塩焼き すり流し じゃが芋サラダ	硬がゆ みそ汁 (かぼちゃ・青菜) 魚の塩焼き じゃが芋サラダ	軟飯 みそ汁 (かぼちゃ・青菜) 魚の塩焼き じゃが芋サラダ	くだもの	パンがゆ (スープ) 肉団子トマト煮 すり流し 青菜と人参の ソテー	パンがゆ (牛乳) 肉団子トマト煮 青菜と人参の ソテー	パン スープ 肉団子トマト煮 青菜と人参の ソテー	くだもの											
	12 26	金	おかゆ みそ汁 (冬瓜・もずく) ハンバーグ すり流し 青菜と麩のお浸し	硬がゆ みそ汁 (冬瓜・もずく) ハンバーグ 青菜と麩のお浸し	軟飯 みそ汁 (冬瓜・もずく) ハンバーグ 青菜と麩のお浸し	くだもの	しらすうどん (人参・あおな) 魚のおろし煮 すり流し じゃが芋の きんぴら	しらすうどん (人参・あおな) 魚のおろし煮 じゃが芋の きんぴら	しらすうどん (人参・あおな) 魚のおろし煮 じゃが芋の きんぴら	くだもの											
	13 27	土	トマト雑炊 (玉ねぎ・トマト) 冬瓜のそぼろ煮 すり流し さつま芋サラダ	トマト雑炊 (玉ねぎ・トマト) 冬瓜のそぼろ煮 さつま芋サラダ	トマト雑炊 (玉ねぎ・トマト) 冬瓜のそぼろ煮 さつま芋サラダ	くだもの	パンがゆ (スープ) しらすじゃが すり流し 二色野菜のり和え	パンがゆ (牛乳) しらすじゃが 二色野菜のり和え	パンケーキ スープ しらすじゃが 二色野菜のり和え	くだもの											
	24	水	おかゆ すまし汁 (わかめ・麩) マーボなす すり流し トマトサラダ	硬がゆ すまし汁 (わかめ・麩) マーボなす トマトサラダ	軟飯 すまし汁 (わかめ・麩) マーボなす トマトサラダ	くだもの	夕焼け雑炊 (玉ねぎ・人参) 鮭ハンバーグ すり流し マッシュポテト	夕焼け雑炊 (玉ねぎ・人参) 鮭ハンバーグ マッシュポテト	夕焼け雑炊 (玉ねぎ・人参) 鮭ハンバーグ マッシュポテト	くだもの											

2025年9月1日
りすのき保育園

旬の食材

さつま芋
かぼちゃ
なす
トマト
オクラ
冬瓜
きのこ類
モロヘイヤ
りんご
梨
柿

お部屋別に食事の
写真を展示
しています。
月曜日 くるみ
火曜日 なつめ
水曜日 まつぼっくり
木・金曜日 どんぐり

量は個々に配慮し
ています
どうぞご覧ください。



☆ 離乳食の段階は目安です。おかゆの硬さ、調理形態は一人一人に合わせて配慮していきます。