

9月離乳食こんだてひょう



令和8年度 9月号
あいさり認定こども園

日	曜日	ゴックン期（6ヵ月頃）	モグモグ期（7～9ヶ月）		カミカミ期（10～11ヶ月頃）		パクパク期（12ヶ月～）		
		お昼	お昼	午後おやつ	お昼	午後おやつ	午前おやつ	お昼	午後おやつ
1	火		5倍粥 鶏ささみだし煮 マッシュポテト 人参スープ	ミルク	軟飯 鶏ささみだし煮 青のりポテト 人参スープ	麦茶 さつまいも甘煮	麦茶 ハイハイン	ゆかりご飯 鶏肉マーマレード焼き 粉ふきいも 切干大根サラダ みそ汁 ヨーグルト	牛乳 さつまいも甘煮
2	水		5倍粥 鶏ささみだし煮 ブロッコリー煮 野菜スープ	ミルク	軟飯 鶏ささみだし煮 ブロッコリー煮 野菜スープ	麦茶 パナナ	麦茶 ハイハイン	麦飯 鶏ささみだし煮 ブロッコリーごまマヨ和え ツナサラダ 切干大根スープ	牛乳 パナナ
3	木		5倍粥 カレイの煮つけ ほうれん草納豆和え さつまいもスープ	ミルク	軟飯 カレイの煮つけ ほうれん草納豆和え さつまいもスープ	麦茶 きな粉パンがゆ	牛乳 スティックパン	麦飯 白身魚の照り焼き 三色納豆 さつまいものみそ汁 果物	牛乳 きな粉トースト
4	金		5倍粥 鶏ささみと野菜のだし煮 野菜スープ	ミルク	軟飯 鶏ささみと野菜のだし煮 野菜スープ 果物	麦茶 パンがゆ	麦茶 ビスケット	麦飯 ボークケチャップ マカロニサラダ 野菜スープ 果物	牛乳 ジャムサンド
5	土		5倍粥 鶏ささみと野菜の旨煮	ミルク	軟飯 鶏ささみと野菜の旨煮	麦茶 せんべい	麦茶 おやつ	麦飯 豚肉と野菜の旨煮 果物	麦茶 せんべい
6	日								
7	月		納豆がゆ カレイの煮つけ 野菜スープ	ミルク	軟飯 カレイの煮つけ 青のり納豆 野菜スープ 果物	麦茶 パンがゆ	麦茶 せんべい	麦飯 さばのみそ焼き ひじきツナサラダ 納豆なめたけ みそ汁 果物	麦茶 ジャムサンド
8	火		5倍粥 鶏ささみだし煮 さつまいも煮 野菜スープ	ミルク	軟飯 鶏ささみだし煮 さつまいも煮 野菜スープ	麦茶 マヨコーントースト	麦茶 ヨーグルト	麦飯 豚肉生姜焼き さつまいもの甘煮 みそ汁 果物	牛乳 マヨコーントースト
9	水		5倍粥 カレイの煮つけ ブロッコリーしらす和え 野菜スープ	ミルク	軟飯 カレイの煮つけ ブロッコリーしらす和え 野菜スープ 果物	麦茶 煮込みそうめん	バナナ豆乳 ジャムサンド	わかめご飯 さわら照り焼き 昆布とツナの煮物 ブロッコリーしらす和え みそ汁 果物	麦茶 みそ煮込みそうめん
10	木		5倍粥 鶏ささみと野菜のトマト煮 じゃがいも煮	ミルク	パンがゆ ささみと野菜のトマト煮 じゃがいも煮 パナナ	麦茶 きな粉ヨーグルト	麦茶 ハイハイン	ナン ささみと野菜のトマト煮 じゃがいも炒め煮 果物	ラッシャー フルーツジャムサンド
11	金		5倍粥 豆腐煮 キャベツと人参の和え物 野菜スープ	ミルク	軟飯 豆腐煮 キャベツと人参の和え物 野菜スープ	麦茶 パンがゆ	牛乳 ポーロ	麦飯 豆腐ひじきハンバーグ コールスローサラダ ミネストローネ	牛乳 ココア豆乳トースト
12	土		5倍粥 豆腐と野菜の旨煮	ミルク	軟飯 豆腐と野菜の旨煮	麦茶 せんべい	麦茶 おやつ	麦飯 マーボー豆腐 果物	麦茶 せんべい
13	日	対象なし							
14	月		5倍粥 鶏ささみと野菜の旨煮 人参煮	ミルク	軟飯 鶏ささみと野菜の旨煮 人参煮	麦茶 パンがゆ	麦茶 ハイハイン	麦飯 鶏肉と野菜の旨煮 春雨とわかめのサラダ	牛乳 ジャムサンド
15	火		5倍粥 カレイの煮つけ 小松菜納豆和え 豆腐スープ	ミルク	軟飯 ほっけの焼き魚 小松菜納豆和え 豆腐スープ ヨーグルト	麦茶 きな粉パンがゆ	麦茶 ハイハイン	麦飯 ほっけの味噌マヨ焼き 小松菜納豆和え ひじきの煮物 春雨スープ ヨーグルト	牛乳 マカロニきな粉
16	水		5倍粥 鶏ささみだし煮 キャベツと人参の和え物 野菜スープ	ミルク	軟飯 鶏ささみだし煮 キャベツと人参の和え物 野菜スープ	麦茶 煮込みうどん	バナナ豆乳 ジャムサンド	麦飯 豚肉の塩麴焼き 切干大根の煮物 グリーンサラダ みそ汁	麦茶 ジャーチャーうどん
17	木		5倍粥 カレイの煮つけ 小松菜と人参の和え物 野菜スープ	ミルク	軟飯 カレイの煮つけ 小松菜と人参の和え物 野菜スープ	麦茶 パンがゆ	牛乳 ビスケット	麦飯 赤魚しょうが焼き 小松菜の中華風和え物 豚汁 果物	牛乳 ハムマヨトースト
18	金		5倍粥 鶏ささみだし煮 ほうれん草と人参の和え物 豆腐スープ	ミルク	軟飯 鶏ささみだし煮 ほうれん草と人参の和え物 豆腐スープ	麦茶 ツナ入りがゆ	麦茶 せんべい	麦飯 ビビンバ 春雨サラダ 中華スープ	麦茶 鶏めし
19	土		5倍粥 鶏ささみと野菜の旨煮	ミルク	軟飯 鶏ささみと野菜の旨煮	麦茶 せんべい	麦茶 おやつ	麦飯 鶏ささみと野菜の旨煮 果物	麦茶 せんべい
20	日								
21	月				敬老の日				
22	火				休日				
23	水				秋分の日				
24	木			ミルク		麦茶 煮込みスバグティ	麦茶 ハイハイン		麦茶 煮込みスバグティ
25	金		5倍粥 鶏ささみと野菜の旨煮 かぼちゃ煮	ミルク	軟飯 鶏ささみと野菜の旨煮 かぼちゃ煮	麦茶 パンがゆ	牛乳 ウエハース	麦飯 クリームシチュー かぼちゃサラダ	バナナ豆乳 ジャムサンド
26	土		5倍粥 鶏ささみと野菜の旨煮	ミルク	軟飯 鶏ささみと野菜の旨煮	麦茶 せんべい	麦茶 おやつ	麦飯 鶏肉と野菜の旨煮 果物	麦茶 せんべい
27	日								
28	月		5倍粥 カレイの煮つけ ポテトサラダ 豆腐スープ	ミルク	軟飯 カレイの煮つけ ポテトサラダ 豆腐スープ 果物	麦茶 パンがゆ	麦茶 せんべい	麦飯 さんまの塩焼き れんこん煮物 ポテトサラダ みそ汁 果物	牛乳 ジャムサンド
29	火		5倍粥 鶏ささみとじゃがいも煮 野菜スープ	ミルク	軟飯 鶏ささみとじゃがいも煮 野菜スープ 果物	麦茶 きな粉パンがゆ	麦茶 ヨーグルト	麦飯 肉じゃが 昆布の煮物 みそ汁 果物	牛乳 ココア蒸しパン
30	水		5倍粥 鶏ささみだし煮 人参ツナ和え 野菜スープ	ミルク	軟飯 鶏ささみだし煮 人参ツナ和え 野菜スープ	麦茶 鮭入りがゆ	牛乳 スティックパン	麦飯 鶏ささみだし煮 切干大根ツナマヨ和え コンソメスープ ヨーグルト	麦茶 鮭おむすび

※9/24(木)は運動会総練習のためお弁当の日になります。
※都合により献立内容が変更する場合がありますので、予めご了承下さい。