

9がつのこんだて

曜日	献立	材料	離乳食	果物
1 (金)	スコップかぼちゃコロッケ ひじきサラダ ほうれん草のスープ	合ミンチ、人参、玉ねぎ、かぼちゃ、豆乳、パン粉 人参、ひじき、きゅうり、コーン缶、ツナ缶、レモン汁、マヨネーズ 人参、ほうれん草、しめじ	スコップかぼちゃコロッケ ひじきサラダ ほうれん草のスープ	なし
2 (土)	中華丼 五目スープ	豚肉、人参、玉ねぎ、キャベツ、ごま油 人参、竹の子、椎茸、青ねぎ、豆腐	中華丼 五目スープ	バナナ
4 (月)	肉豆腐 たたききゅうり 焼きかぼちゃ	豚肉、人参、玉ねぎ、えのき、椎茸、竹の子、白ねぎ、豆腐、糸コン きゅうり、ごま油 かぼちゃ	肉豆腐 たたききゅうり 焼きかぼちゃ	ピオーネ
5 (火)	いりどり 卵焼き いりこ	鶏肉、人参、ごぼう、れんこん、竹の子、椎茸、いんげん、厚揚げ、こんにゃく 人参、青ねぎ、卵 いりこ	いりどり 卵焼き しらす	なし
6 (水)	なすグラタン ブロッコリー キャベツのスープ	ベーコン、マカロニ、人参、玉ねぎ、なす、パセリ、チーズ、バター、小麦粉、トマトケチャップ ブロッコリー、マヨネーズ 人参、キャベツ、しめじ、パセリ	なすグラタン ブロッコリー キャベツのスープ	バナナ
7 (木)	肉じゃが 小松菜の煮付 プチトマト	牛肉、人参、玉ねぎ、メークイン、いんげん、糸コン 人参、小松菜、うすあげ プチトマト	肉じゃが 小松菜の煮付 プチトマト	巨峰
8 (金)	あじの竜田揚げ チンゲン菜のおひたし 味噌汁	あじ、小麦粉、片栗粉、油 人参、チンゲン菜 人参、かぼちゃ、青ねぎ、わかめ、豆腐、うすあげ、しめじ、玉ねぎ	あじの煮付 チンゲン菜のおひたし 味噌汁	バナナ
9 (土)	ひき肉丼 野菜のすまし汁	合ミンチ、人参、玉ねぎ、しめじ 人参、キャベツ、しめじ、青ねぎ	ひき肉丼 野菜のすまし汁	バナナ
11 (月)	さばの塩焼き 高野豆腐の煮付 味噌汁	さば 人参、青ねぎ、高野豆腐 人参、かぼちゃ、青ねぎ、わかめ、豆腐、うすあげ、舞茸、白菜	さばの塩焼き 高野豆腐の煮付 味噌汁	なし
12 (火)	ちらし寿司 かぼちゃの煮付 豆腐のすまし汁	えび、ちりめん、卵、人参、竹の子、れんこん、いんげん、高野豆腐、干し椎茸 かぼちゃ、いんげん、こんにゃく 人参、大根、三つ葉、豆腐	白身魚と野菜の煮付 かぼちゃの煮付 豆腐のすまし汁	巨峰
13 (水)	マーボーなす 小松菜のナムル 金時豆	合ミンチ、人参、白ねぎ、青ねぎ、なす、厚揚げ 人参、小松菜、ごま、ごま油 金時豆	マーボーなす 小松菜のナムル 金時豆	バナナ
14 (木)	牛肉と豆腐の煮込み さつま芋のレモン煮 いりこ	牛肉、人参、玉ねぎ、にら、えのき、舞茸、ごぼう、豆腐 さつま芋、レモン汁 いりこ	牛肉と豆腐の煮込み さつま芋のレモン煮 しらす	ピオーネ
15 (金)	鶏のオレンジ焼き ほうれん草の和風サラダ コンソメスープ	鶏肉、マーマレードジャム ツナ缶、人参、ほうれん草、トマト、わかめ 人参、玉ねぎ、ピーマン、セロリ、パセリ	鶏のオレンジ焼き ほうれん草の和風サラダ コンソメスープ	なし

曜日	献立	材料	離乳食	果物
16 (土)	ナポリタン 野菜スープ	スパゲティー、鶏肉、玉ねぎ、ピーマン、トマトケチャップ 人参、キャベツ、しめじ、パセリ	ナポリタン 野菜スープ	バナナ
19 (火)	すき焼き風煮付 もやしのおひたし 焼きさつま芋	牛肉、人参、玉ねぎ、白菜、白ねぎ、えのき、糸コン、焼き豆腐 ロースハム、人参、もやし、きゅうり さつま芋	すき焼き風煮付 もやしのおひたし 焼きさつま芋	ピオーネ
20 (水)	きのこカレー マカロニサラダ こふき芋	豚肉、人参、玉ねぎ、しめじ、椎茸、バター、小麦粉、カレー粉 マカロニ、ロースハム、人参、レタス、トマト、きゅうり、マヨネーズ メークイン、パセリ	豚肉と野菜の洋風煮 マカロニサラダ こふき芋	バナナ
21 (木)	白身魚のもみじ焼き 白菜の煮付 味噌汁	たら、小麦粉、油、人参、マヨネーズ 人参、白菜、うすあげ 人参、かぼちゃ、青ねぎ、わかめ、豆腐、うすあげ、しめじ、なす	白身魚のもみじ焼き 白菜の煮付 味噌汁	巨峰
22 (金)	鶏のから揚げ 春雨の中華サラダ わかめスープ	鶏肉、小麦粉、片栗粉、油 ロースハム、人参、きゅうり、トマト、春雨、ごま油 人参、もやし、椎茸、青ねぎ、わかめ、ごま油	鶏の煮付 春雨の中華サラダ 野菜スープ	なし
25 (月)	さわらの西京焼き ほうれん草のおひたし きのこのすまし汁	さわら 人参、ほうれん草 人参、しめじ、舞茸、椎茸、えのき、三つ葉、豆腐	さわらの西京焼き ほうれん草のおひたし きのこのすまし汁	なし
26 (火)	しっぽくうどん 切り干し大根の煮付 いりこ煮	うどん、鶏肉、人参、大根、白ねぎ、干し椎茸、青ねぎ、うすあげ 人参、切り干し大根、うすあげ いりこ	しっぽくうどん 切り干し大根の煮付 しらす	ピオーネ
27 (水)	食パン ビーフシチュー スパゲティーサラダ プチトマト	食パン 牛肉、人参、玉ねぎ、メークイン、小麦粉、バター、トマトケチャップ スパゲティー、ロースハム、人参、レタス、きゅうり、マヨネーズ プチトマト	食パン ビーフシチュー スパゲティーサラダ プチトマト	バナナ
28 (木)	八宝菜 なすの中華あえ 焼きかぼちゃ	豚肉、人参、玉ねぎ、キャベツ、白菜、チンゲン菜、椎茸、竹の子、ごま油 なす、人参、ごま油 かぼちゃ	八宝菜 なすの中華あえ 焼きかぼちゃ	巨峰
29 (金)	鮭のムニエル キャベツとベーコンの煮付 味噌汁	鮭、小麦粉、バター、卵、人参、玉ねぎ、きゅうり、パセリ、マヨネーズ ベーコン、人参、キャベツ、コーン缶 人参、かぼちゃ、青ねぎ、わかめ、豆腐、うすあげ、舞茸、れんこん	鮭のムニエル キャベツとベーコンの煮付 味噌汁	バナナ
30 (土)	マーボー丼 わかめスープ	合ミンチ、人参、青ねぎ、白ねぎ、豆腐 人参、もやし、椎茸、青ねぎ、わかめ、ごま油	マーボー丼 野菜スープ	バナナ

