

❀ 9月の献立表 ❀


給食：富山ケイタリングサービス
おやつ：諸聖徒保育園

日	曜日	献立表	体内での働き			おやつ
			力や熱になる	体をつくる	体の調子を整える	
1	金	チキンカレー もちきび御飯 ごぼうサラダ 果物	米 もちきび じゃがいも ごま マヨネーズ 小麦粉	鶏肉 ツナ	人参 玉葱 しめじ ごぼう 大根 きゅうり 果物	牛乳 あんぱん
2	土	ハヤシライス スパゲッティサラダ	米 マヨネーズ 麺	豚肉 ツナ	玉葱 人参 しめじ きゅうり	牛乳 せんべい
4	月	ナスの甘酢炒め もちきび御飯 春巻き コーンスープ	米 もちきび 小麦粉 じゃが芋 パン粉	大豆 ひじき ツナ 鶏肉	人参 玉葱 もやし なら 冬瓜 グリピース こんにゃく 山東菜	塩昆布おにぎり
5	火	ひじき入り炊き込みご飯 野菜入り 揚げ豆腐 プルーン ソーメン汁	米 小麦粉 ソーメン	豚肉 魚肉すり身 豆 腐 鶏肉 ひじき 昆布	玉葱 人参 プルーン チンゲン菜 青ネギ	牛乳 ちんすこう
6	水	麦御飯 イナムルチ ほうれん炒め コーンフライ	米 麦 小麦粉 パン粉	ツナ 厚揚げ みそ 豚肉 かまぼこ	人参 ほうれん草 もやし イナムルチ コーン	牛乳 味付小魚 チーズ
7	木	みそラーメン ぎょうざ ツナサラダ 果物	ネーズ ぎょうざの皮 ごま	豚肉 鶏肉 ツナ みそ	なら ねぎ 人参 白菜 もやし きゅうり 白ネギ キャベツ 果物	牛乳 せんべい
8	金	豆腐の中華煮 麦御飯 かぼちゃ コロッケ 大根とえのきのみそ汁	米 麦 小麦粉 パン粉	豚肉 豆腐 わかめ	人参 白菜 しいたけ 竹の子 玉葱 ネギ 青梗菜 大根 えのき かぼちゃ	牛乳 スイート ポテトパン
9	土	カレーライス 春雨サラダ	米 春雨	鶏肉 ツナ	人参 玉葱 しめじ きゅうり	牛乳 ビスコ
11	月	筑前煮 チキンチーズ大葉巻き 麦 御飯 さつまいもと油揚げのみそ汁	米 パン粉 麦 小麦粉 さつまいも	鶏肉 竹輪 昆布 卵 厚揚げ 油揚げ みそ チーズ	人参 大根 いんげん 大葉 こんにゃく	クファジューシー おにぎり
12	火	豆腐チャンプー 黒米ご飯 ハンバーグ 豆腐ときのコスープ	米 黒米 パン粉 小麦 粉	豚肉 油揚げ ツナ み そ 鶏肉 豆腐	人参 大根 インゲン 大葉 こんにゃく	牛乳 ジャムサンド
13	水	弁当会				アイスクリーム せんべい
14	木	二色丼 春雨スープ きゅうりとわ かめの和え物 プリン	米 もちきび 小麦粉 パン粉	豆腐 鶏肉 卵 豚肉	人参 なら しょうが いんげん 玉葱	牛乳 ごまクッキー
15	金	豆腐の中華煮 麦御飯 かぼちゃ コロッケ 大根とえのきのみそ汁	米 麦 小麦粉 パン粉	豚肉 豆腐 わかめ	人参 白菜 しいたけ 竹の子 玉葱 ネギ チンゲン菜 大根 えのき かぼ ちゃ	牛乳 ジャムサンド
16	土	カレーライス スパゲッティサラダ	米 春雨	鶏肉 ツナ	人参 玉葱 しめじ きゅうり	牛乳 スイート ポテトパン
18	月	敬老の日(休園)				
19	火	マーボ豆腐 麦御飯 チーズ 春雨の和え物	米 麦 春雨	豆腐 挽肉 ハム チーズ	人参 玉葱 白ネギ もやし きゅうり きくらげ	牛乳 ソーメン チャンプー
20	水	肉じゃが 五穀ご飯 メンチカツ けんちん汁	米 じゃがいも キヌア 玄米 パン粉 麦 ゴマ 里芋 小麦粉	豚肉 鶏肉 大豆 み そ	いんげん 人参 なら 大根 ごぼう こ んにゃく キャベツ	牛乳 牛乳クリー ムサンド
21	木	きんぴらごぼう 麦御飯 ミート ボール 豆腐とえのきのみそ汁	米 麦 ごま パン粉	豚肉 鶏肉 卵 豆腐 みそ	ごぼう ピーマン 人参 玉葱 えのき こんにゃく トマト	牛乳 ビスケット
22	金	スパゲティミートソース カニ味フラ イ きゅうりとりんごのサラダ	めん 小麦粉 パン粉 ドレッシング	挽肉 かにかまぼこ	人参 玉葱 ピーマン キャベツ きゅうり りんご 大根	牛乳 紅芋ぱん
24	土	秋分の日(休園)				
25	月	ハヤシライス 果物 ひじきとツナの和え物	米 小麦粉 麦 ド レッシング	豚肉 ひじき ツナ	玉葱 人参 マッシュルーム しめじ コーン トマト セロリ きゅうり 果物	梅かつお おにぎり
26	火	ビーフフライライス チキン竜田 ミネストローネスープ 海藻サラダ	米 小麦粉 マカロニ	牛肉 卵 鶏肉 豚肉 わかめ	人参 玉葱 グリンピース シイタケ みかん いんげん セロリ トマト 大根 きゅうり	牛乳 誕生ケーキ
27	水	豚肉の生姜焼き 麦御飯 ささみカ ツ ならと豆腐のかきたま汁	米 麦 小麦粉 パン粉	豆腐 鶏肉 卵 豚肉	人参 なら 生姜 いんげん 玉葱	牛乳 味付小魚 チーズ
28	木	酢豚 もちきびご飯 中華スープ 黄桃	米 もちきび 小麦粉	鶏肉 竹輪 昆布 卵 厚揚げ 油揚げ みそ チーズ	人参 大根 いんげん 大葉 こんにゃく	牛乳 シリアルクッキー
29	金	すき焼き 麦御飯 イカフライ もずくスープ	米 小麦粉 麦 パン粉	豚肉 鶏肉 イカ 豆腐	玉葱 人参 白菜 ネギ かぼちゃ チン ゲン菜 白ねぎ こんにゃく	牛乳 田芋ぱん
30	土	ハヤシライス マカロニサラダ	米 マヨドレ	豚肉 ツナ	玉葱 人参 しめじ きゅうり	牛乳 ビスコ

予 定 献 立 表

2023年9月分

7～8か月

月	火	水	木	金	土
<p>～食べる意欲を育てましょう～</p> <p>おっぱいやミルクしか飲めなかった赤ちゃんが、少しずつ食べ物を取り込むことを覚え、いろいろな物を自分で食べて食の幅を広げていきます。</p> <p>新しい食材との出会いや、ワクワクドキドキするような体験が食べる意欲につながります。食事を楽しむ大人の姿、食べながら仲良く過ごす大人の姿がなによりの食育です。</p>				<p>1 全がゆ(7倍がゆ) 野菜煮</p> <p>【赤】しらす 【黄】全かゆ、パン 【緑】ほうれんそう、にんじん</p> <p style="text-align: center;">パンがゆ</p>	<p>2 全がゆ(7倍がゆ) 野菜のミルク煮</p> <p>【赤】しらす、調整粉乳 【黄】全かゆ 【緑】にんじん、かぼちゃ</p> <p style="text-align: center;">ソフトせんべい</p>
<p>4 全がゆ(7倍がゆ) スープ 豆腐のすりつぶし じゃがいもマッシュ</p> <p>【赤】沖縄豆腐、しらす 【黄】全かゆ、じゃが芋 【緑】ほうれんそう、にんじん</p> <p style="text-align: center;">しらすがゆ</p>	<p>5 全がゆ(7倍がゆ) スープ(豆腐) 魚の夏野菜あえ</p> <p>【赤】沖縄豆腐、キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】にんじん</p> <p style="text-align: center;">おじや(キング)</p>	<p>6 全がゆ(7倍がゆ) スープ(かぼちゃ) 魚の野菜あん</p> <p>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ、じゃがいも 【緑】かぼちゃ、にんじん、ほうれんそう</p> <p style="text-align: center;">じゃがいもマッシュ</p>	<p>7 全がゆ(7倍がゆ) スープ(キャベツ) 魚のそぼろ煮</p> <p>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ、精白米 【緑】キャベツ、にんじん</p> <p style="text-align: center;">人参がゆ</p>	<p>8 全がゆ(7倍がゆ) 魚のミルク煮</p> <p>【赤】キングクリップ、調整粉乳 【黄】全かゆ、じゃがいも、パン 【緑】たまねぎ、にんじん、ほうれんそう</p> <p style="text-align: center;">パンがゆ</p>	<p>9 全がゆ(7倍がゆ) 野菜のミルク煮</p> <p>【赤】調整粉乳 【黄】全かゆ 【緑】にんじん、かぼちゃ、キャベツ</p> <p style="text-align: center;">ソフトせんべい</p>
<p>11 全がゆ(7倍がゆ) スープ(ほうれんそう) 豆腐の野菜煮</p> <p>【赤】豆腐、しらす 【黄】全かゆ、精白米 【緑】ほうれんそう、にんじん、キャベツ</p> <p style="text-align: center;">人参がゆ(シラス)</p>	<p>12 全がゆ キャベツのスープ かぼちゃマッシュ</p> <p>【赤】しらす 【黄】全かゆ、パン 【緑】かぼちゃ、キャベツ</p> <p style="text-align: center;">パンがゆ</p>	<p>13</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">弁当会</p> <p style="text-align: center;">ソフトせんべい</p>	<p>14 全がゆ(7倍がゆ) スープ 白身魚のくず煮</p> <p>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ、じゃがいも 【緑】キャベツ、にんじん</p> <p style="text-align: center;">マッシュポテト</p>	<p>15 全がゆ(7倍) 魚と野菜のトマト煮</p> <p>【赤】しらす 【黄】全かゆ、パン 【緑】トマト、にんじん、ほうれんそう、キャベツ</p> <p style="text-align: center;">パンがゆ</p>	<p>16 全がゆ(7倍がゆ) 野菜のミルク煮</p> <p>【赤】しらす、調整粉乳 【黄】全かゆ 【緑】にんじん、玉ねぎ、ほうれんそう</p> <p style="text-align: center;">ソフトせんべい</p>
<p>18</p> <p style="font-size: 1.5em; font-weight: bold;">敬老の日</p> 	<p>19 全がゆ(7倍がゆ) 魚と野菜の煮物</p> <p>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ、そうめん 【緑】にんじん、たまねぎ</p> <p style="text-align: center;">そうめんぶつとるー</p>	<p>20 全がゆ(7倍がゆ) スープ(絹ごし) 魚と野菜の煮つけ</p> <p>【赤】豆腐、しらす 【黄】全かゆ、パン 【緑】ほうれんそう、にんじん、キャベツ</p> <p style="text-align: center;">パンがゆ</p>	<p>21 全がゆ(7倍がゆ) スープ 魚の野菜煮</p> <p>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】にんじん、かぼちゃ、キャベツ</p> <p style="text-align: center;">かぼちゃマッシュ</p>	<p>22 全がゆ(7倍がゆ) スープ 人参の豆腐あえ</p> <p>【赤】豆腐、調整粉乳 【黄】全かゆ、パン 【緑】にんじん、ほうれんそう、かぼちゃ</p> <p style="text-align: center;">パンがゆ</p>	<p>23</p> <p style="font-size: 1.5em; font-weight: bold;">秋分の日</p> 
<p>25 全がゆ(7倍がゆ) 豆腐と野菜煮</p> <p>【赤】豆腐 【黄】全かゆ、じゃがいも 【緑】にんじん、キャベツ、ほうれんそう</p> <p style="text-align: center;">マッシュポテト</p>	<p>26 全がゆ 誕生会 スープ(トマト) 魚のもみじ煮 日会</p> <p>【赤】しらす、調整粉乳 【黄】全かゆ 【緑】にんじん、トマト</p> <p style="text-align: center;">ミルク粥</p>	<p>27 全がゆ(7倍がゆ) かちゅーゆー 人参と豆腐あえ</p> <p>【赤】豆腐 【黄】全かゆ 【緑】にんじん、かぼちゃ、キャベツ</p> <p style="text-align: center;">かぼちゃマッシュ</p>	<p>28 全がゆ(7倍がゆ) スープ(玉ねぎ) 魚のおろし煮</p> <p>【赤】キングクリップ、しらす 【黄】全かゆ 【緑】たまねぎ、にんじん、ほうれんそう</p> <p style="text-align: center;">おじや(しらす)</p>	<p>29 全がゆ(7倍がゆ) 十五夜 野菜のトマト煮</p> <p>【赤】しらす、調整粉乳 【黄】全かゆ、パン 【緑】トマト、たまねぎ、にんじん</p> <p style="text-align: center;">パンがゆ</p>	<p>30 全がゆ(7倍がゆ) 野菜のミルク煮</p> <p>【赤】しらす 【黄】全かゆ 【緑】にんじん、たまねぎ、かぼちゃ</p> <p style="text-align: center;">ソフトせんべい</p>

※保育所の行事や材料などの都合により、献立を変更することがあります。

《アレルギー食品表示を規定されている食品》

卵・乳・小麦・そば・落花生・あわび・いか・いくら・えび・オレンジ・カニ・キウイ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・バナナ・ゼラチン・ごま・カシューナッツ・アーモンド

★発症度が多く重症度が高いもの・・・卵、乳、小麦、そば、落花生

《はちみつ・黒糖は乳児ポツリヌス症をおこしやすいので1歳までは与えないようにしましょう》

予 定 献 立 表

2023年9月分

9～11か月

月	火	水	木	金	土	
<p>～食べる意欲を育てましょう～</p> <p>おっぱいやミルクしか飲めなかった赤ちゃんが、少しずつ食べ物を取り込むことを覚え、いろいろな物を自分で食べて食の幅を広げていきます。</p> <p>新しい食材との出会いや、ワクワクドキドキするような体験が食べる意欲につながります</p> <p>食事を楽しむ大人の姿、食べながら仲良く過ごす大人の姿がなによりの食育です。</p>					<p>1 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(ほうれんそう) 魚の野菜煮</p> <p>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ、パン 【緑】にんじん、ほうれんそう</p> <p style="text-align: center;">パン</p>	<p>2 全がゆ～軟飯 野菜のミルク煮</p> <p>【赤】しらす、調整粉乳 【黄】全かゆ 【緑】たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、</p> <p style="text-align: center;">ソフトせんべい</p>
<p>4 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(ほうれんそう) 豆腐ステーキ マッシュポテト</p> <p>【赤】沖縄豆腐、しらす 【黄】全かゆ、じゃがいも 【緑】にんじん、ほうれんそう</p> <p style="text-align: center;">しらすがゆ</p>	<p>5 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(豆腐) 煮魚</p> <p>【赤】沖縄豆腐、キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】にんじん</p> <p style="text-align: center;">おじや(キング)</p>	<p>6 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(かぼちゃ) 魚の野菜あんかけ</p> <p>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ、じゃがいも 【緑】かぼちゃ、にんじん、ほうれんそう</p> <p style="text-align: center;">マッシュポテト</p>	<p>7 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(キャベツ) 煮魚 野菜炒め煮</p> <p>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ、油、精白米 【緑】キャベツ、にんじん、</p> <p style="text-align: center;">人参がゆ</p>	<p>8 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 魚のミルク煮 ほうれんそうのおひたし</p> <p>【赤】キングクリップ、調整粉乳 【黄】全かゆ、じゃが芋 【緑】たまねぎ、にんじん、ほうれんそう</p> <p style="text-align: center;">パン</p>	<p>9 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 野菜のミルク煮</p> <p>【赤】調整粉乳 【黄】全かゆ 【緑】にんじん、かぼちゃ、キャベツ</p> <p style="text-align: center;">ソフトせんべい</p>	
<p>11 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(ほうれんそう) 豆腐の野菜煮</p> <p>【赤】豆腐、しらす 【黄】全かゆ、油 【緑】ほうれんそう、にんじん、キャベツ</p> <p style="text-align: center;">人参がゆ(シラス)</p>	<p>12 全がゆ キャベツのスープ かぼちゃマッシュ</p> <p>【赤】しらす 【黄】全かゆ 【緑】かぼちゃ、キャベツ</p> <p style="text-align: center;">パン</p>	<p>13 弁当会</p> <p style="text-align: center;">ソフトせんべい</p>		<p>14 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(ワカメ) 煮魚 野菜炒め煮</p> <p>【赤】キングクリップ 【黄】全かゆ、じゃがいも 【緑】ワカメ、にんじん、キャベツ</p> <p style="text-align: center;">マッシュポテト</p>	<p>15 全がゆ 野菜のトマト煮 ほうれんそうのおひたし</p> <p>【赤】しらす 【黄】パン、 【緑】トマト、にんじん、ほうれんそう、キャベツ</p> <p style="text-align: center;">パン</p>	<p>16 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 野菜のミルク煮</p> <p>【赤】しらす、調整粉乳 【黄】全かゆ、じゃがいも 【緑】にんじん、たまねぎ、ほうれんそう</p> <p style="text-align: center;">ソフトせんべい</p>
<p>18 敬老の日</p> 	<p>19 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 魚の野菜煮</p> <p>【赤】キングクリップ、 【黄】全かゆ、精白米、そうめん 【緑】にんじん、たまねぎ</p> <p style="text-align: center;">そうめん汁</p>	<p>20 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 すまし汁(ほうれんそう、絹ごし) 野菜の炒め煮</p> <p>【赤】豆腐 【黄】全かゆ 【緑】ほうれんそう、にんじん、キャベツ</p> <p style="text-align: center;">パン</p>	<p>21 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(キャベツ) 魚のあんかけ 野菜炒め煮</p> <p>【赤】キングクリップ、ヨーグルト、きな粉 【黄】全かゆ、バター 【緑】はくさい、にんじん、キャベツ、りょくとうもやし、ひじき、りんご</p> <p style="text-align: center;">かぼちゃマッシュ</p>	<p>22 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁 豆腐ステーキ</p> <p>【赤】沖縄豆腐 【黄】全かゆ、パン 【緑】にんじん、ほうれんそう、かぼちゃ</p> <p style="text-align: center;">パン</p>	<p>23 秋分の日</p> 	
<p>25 全がゆ みそ汁(豆腐) 魚の野菜煮</p> <p>【赤】キングクリップ、沖縄豆腐 【黄】全かゆ、じゃがいも 【緑】にんじん、キャベツ、ほうれんそう</p> <p style="text-align: center;">マッシュポテト</p>	<p>26 全がゆ(軟) 誕生 日会 魚のもみじ煮</p> <p>【赤】しらす 【黄】全かゆ 【緑】にんじん、トマト、ワカメ、</p> <p style="text-align: center;">ミルク粥</p>	<p>27 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁 人参と豆腐の煮込み</p> <p>【赤】豆腐、キングクリップ 【黄】全かゆ 【緑】にんじん、かぼちゃ、キャベツ</p> <p style="text-align: center;">かぼちゃマッシュ</p>	<p>28 全がゆ(5倍がゆ)～軟飯 みそ汁(玉ねぎ) 煮魚 人参の煮浸し</p> <p>【赤】キングクリップ、しらす 【黄】全かゆ 【緑】たまねぎ、にんじん、ほうれんそう</p> <p style="text-align: center;">おじや(しらす)</p>	<p>29 全がゆ 野菜のトマト煮</p> <p>【赤】しらす 【黄】全かゆ、パン 【緑】たまねぎ、にんじん、トマト</p> <p style="text-align: center;">パン</p>	<p>30 全がゆ 野菜のミルク煮</p> <p>【赤】しらす、調整粉乳 【黄】全かゆ 【緑】にんじん、玉ねぎ、かぼちゃ</p> <p style="text-align: center;">ソフトせんべい</p>	

※保育所の行事や材料などの都合により、献立を変更することがあります。

《アレルギー食品表示を規定されている食品》

卵・乳・小麦・そば・落花生・あわび・いか・いくら・えび・オレンジ・カニ・キウイ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・バナナ・ゼラチン・ごま・カシューナッツ・アーモンド

★発症度が多く重症度が高いもの…卵、乳、小麦、そば、落花生

《はちみつ・黒糖は乳児ボツリヌス症をおこしやすいので1歳までは与えないようにしましょう》