



2026年9月 離乳食だより



	献立名	材料名(昼食・おやつ)			
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	おやつ
1 (火)	白がゆ 豆腐の中華煮	米	鶏ささみ・豆腐	玉ネギ・人参・チンゲン菜 白菜	星たべよ
2 (水)	白がゆ すき焼き風煮	米・ふ	鶏ささみ・豆腐	玉ネギ・人参・白菜	豆乳クッキー
3 (木)	白がゆ 煮込みうどん	米・うどん	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・小松菜	バナナ
4 (金)	白がゆ マーボー豆腐風	米	鶏ミンチ・豆腐	玉ネギ・人参・なすび	ゼリー
5 (土)	野菜おじや	米・さつま芋	しらす	玉ネギ・人参・小松菜	紫芋せんべい
7 (月)	白がゆ 肉じゃが	米・じゃが芋	鶏ささみ	玉ネギ・人参	かぼちゃポーロ
8 (火)	白がゆ 鶏ミンチと冬瓜煮	米・里芋・さつま芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・冬瓜	ふかし芋
9 (水)	白がゆ 白身魚と野菜煮	米	白身魚	玉ネギ・人参・ほうれん草 白菜	ミレービスケット
10 (木)	白がゆ じゃが芋そぼろ煮	米・じゃが芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・グリーンピース	バナナ
11 (金)	白がゆ 鶏団子とチンゲン菜スープ	米	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・チンゲン菜	パン
12 (土)	野菜おじや	米	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・南瓜	ぱりんこ
14 (月)	白がゆ 白菜と豆乳スープ	米	鶏ミンチ・豆乳・豆腐	玉ネギ・人参・白菜	マンナ
15 (火)	白がゆ ポークビーンズ風	米・じゃが芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・ブロッコリー トマト	おさつスナック
16 (水)	白がゆ けんちん汁	米・里芋	鶏ささみ	玉ネギ・人参・大根	ゼリー
17 (木)	白がゆ ツナとキャベツ煮物	米	ツナ	玉ネギ・人参・ブロッコリー キャベツ	紫芋せんべい
18 (金)	白がゆ ポトフ風煮	米・じゃが芋	鶏ささみ	玉ネギ・人参・キャベツ	ちんすこう
19 (土)	野菜おじや	米・さつま芋	しらす	玉ネギ・人参・ほうれん草	星たべよ
24 (木)	白がゆ にゅうめん	米・そうめん	鶏ささみ	玉ネギ・人参・白菜	蒸しパン
25 (金)	白がゆ さつま芋味噌汁	米・さつま芋	鶏ミンチ・味噌・豆腐	玉ネギ・人参・小松菜	梨
26 (土)	野菜おじや	米	ツナ	玉ネギ・人参・白菜	ぱりんこ
28 (月)	白がゆ 八宝菜風	米	鶏ささみ	玉ネギ・人参・チンゲン菜 白菜	ゼリー
29 (火)	白がゆ 鶏団子と冬瓜すまし汁	米・さつま芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・小松菜 冬瓜	ふかし芋
30 (水)	白がゆ 大根そぼろ煮	米・里芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・大根	お米スナック

※ 紀の川農園の無農薬のお米を使っています

