2025年　9月　離乳食献立表（中期）

中野区保育園・幼稚園課

曜日		月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土
日		1　29	2　16　30	3　17	4　18	5　19	6　20	8　22	9	10　24	11　25	12　26	13　27
午前	主食	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	洋風やわらか煮うどん	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	やわらか煮うどん
	副食	豆腐の煮物 さつま芋の煮物 味噌汁	つくねの煮物 南瓜の煮物 味噌汁	ミートボールの煮物 胡瓜の煮物 味噌汁	白身魚と野菜の煮物 刻みトマト スープ	マッシュポテト 胡瓜の煮物	豚ひき肉と青菜の煮物 人参の煮物 味噌汁	ミートボールの煮物 人参の煮物 味噌汁	白身魚の煮物 刻みトマト 味噌汁	ミートボールの煮物 人参とコーンの煮物 味噌汁	ミートボールのケチャップ煮 刻みトマト 味噌汁	卵黄の粗ほぐし 人参の煮物 味噌汁	じゃが芋の煮物 キャベツの煮物
	材料	米 豆腐 醤油 砂糖 片栗粉 かつおだし さつま芋 醤油 砂糖 青菜 大豆味噌 かつおだし	米 鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし 南瓜 醤油 砂糖 なす 大豆味噌 かつおだし	米 豚ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし 胡瓜 南瓜 大豆味噌 かつおだし	米 白身魚 片栗粉 人参 玉葱 かつおだし 醤油 砂糖 トマト キャベツ スープ 塩	乾めん 豚ひき肉 玉葱 人参 かつおだし ケチャップ 砂糖 じゃが芋 塩 バター 胡瓜	米 豚ひき肉 青菜 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 人参 醤油 砂糖 玉葱 大豆味噌 かつおだし	米 豚ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし 人参 醤油 砂糖 青菜 大豆味噌 かつおだし	米 白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 トマト キャベツ 大豆味噌 かつおだし	米 豚ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし 人参 ホールコーン 醤油 玉葱 大豆味噌 かつおだし	米 豚ひき肉 玉葱 片栗粉 ケチャップ 砂糖 かつおだし トマト じゃが芋 玉葱 大豆味噌 かつおだし	米 卵黄 玉葱 かつおだし 人参 醤油 砂糖 キャベツ 大豆味噌 かつおだし	乾めん 鶏ひき肉 人参 醤油 砂糖 かつおだし じゃが芋 醤油 砂糖 キャベツ 醤油
午後	主食	やわらか煮うどん	おかゆ	おかゆ	パンがゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	パンがゆ	おかゆ	おかゆ
	副食	人参とツナの煮物 キャベツの煮物	豆腐の煮物 粉ふき芋 味噌汁	鶏レバーの煮つぶし ヨーグルト 味噌汁	つくねの煮物 刻みブロッコリー 味噌汁	ミートボールの煮物 青菜の煮物 味噌汁	白身魚の煮物 大根の煮物 味噌汁	高野豆腐の煮物 大根の煮物 味噌汁	つくねの煮物 さつま芋の煮物 味噌汁	豆腐の煮物 刻みブロッコリー 味噌汁	いんげんとツナの煮物 青菜の煮物 味噌汁	胡瓜としらすの煮物 大根の煮物 味噌汁	人参としらすの煮物 青菜の煮物 味噌汁
	材料	乾めん 鶏ひき肉 人参 醤油 砂糖 かつおだし 人参 ツナ缶 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 キャベツ 醤油	米 豆腐 醤油 砂糖 片栗粉 かつおだし じゃが芋 玉葱 大豆味噌 かつおだし	米 鶏レバー 醤油 砂糖 片栗粉 かつおだし プレーンヨーグルト 砂糖 じゃが芋 玉葱 大豆味噌 かつおだし	食パン ミルク 鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし ブロッコリー かつおだし 片栗粉 人参 大豆味噌 かつおだし	米 豚ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし 青菜 醤油 人参 大豆味噌 かつおだし	米 白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 大根 醤油 砂糖 なす 大豆味噌 かつおだし	米 高野豆腐 キャベツ 醤油 砂糖 片栗粉 大根 醤油 砂糖 玉葱 大豆味噌 かつおだし	米 鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし さつま芋 醤油 砂糖 かぶ 大豆味噌 かつおだし	米 豆腐 醤油 砂糖 片栗粉 かつおだし ブロッコリー かつおだし 片栗粉 大根 大豆味噌 かつおだし	食パン ミルク さやいんげん ツナ缶 醤油 砂糖 かつおだし 青菜 醤油 わかめ 大豆味噌 かつおだし	米 胡瓜 しらす 醤油 大根 醤油 砂糖 青菜 大豆味噌 かつおだし	米 人参 しらす 醤油 青菜 醤油 玉葱 大豆味噌 かつおだし

＊野菜は柔らかく茹でてから調理しています。

＊ 献立内容は都合により変更する場合があります。
＊口で囲まれた食材は、アレルゲンの確認が必要な加工食品です。
＊スープは野菜の煮汁を使用しています。