

令和8年

9月

つばさこども園 予定献立表

月		火		水		木		金		土		
朝おやつ		1	バナナ	2	せんべい	3	バナナ	4	ヨーグルト	5		
献立		もちきびご飯 さばの照り焼き(1〜2歳児白身魚) ほうれん草ソテー なすのみそ汁 オレンジ		ごはん 肉じゃが煮 きゅうりのおかか和え もずくのすまし汁 黄桃缶		ごはん 豚のしょうが炒め 納豆和え ゆし豆腐 みかん缶		もずく丼 れんこん酢サラダ 大根のみそ汁 バナナ		チキンてり焼き丼 コンソメスープ 果物		
おやつ		牛乳, ロングブレッド		麦茶, 鮭のおにぎり		牛乳, きな粉芋		牛乳, りんごケーキ		牛乳, せんべい		
朝おやつ	7	煮干し (0.1歳せんべい)	8	バナナ	9	せんべい	10	せんべい	11	バナナ	12	
献立	三色ごはん 野菜の梅おかか和え 白菜のみそ汁 みかん缶		もちきびご飯 鮭の塩こうじ焼き パパイヤイリチー アーサ汁 オレンジ		ごはん チキンのマーマレード焼き クープイリチー 豆乳みそ汁 バナナ		タコライス ポテトサラダ コンスープ パイン缶		 【お弁当会】		なす味噌丼 わかめのすまし汁 果物	
おやつ	牛乳, 大学芋 (0.1歳大学芋)		牛乳, カスタードワッフル (1歳児は蒸しパン)		牛乳, ココアトースト		麦茶, 肉まん		牛乳, 米粉のブルーベリースティックケーキ		牛乳, せんべい	
朝おやつ	14	煮干し (0.1歳せんべい)	15	せんべい	16	せんべい	17	バナナ	18		19	
献立	マーボー豆腐丼 切干大根のサラダ わかめのすまし汁 パイン缶		ごはん チキンピザ風焼き 人参ツナ炒め ほうれん草のみそ汁 オレンジ		肉野菜そば かぼちゃ天ぷら バナナ		チキンカレーライス ブロッコリーのおかか和え オニオンスープ みかん缶		 【運動会】		もずく丼 豆腐のみそ汁 果物	
おやつ	牛乳, さつま芋蒸しケーキ		牛乳, ミニバウムクーヘン		麦茶, ジューシーおにぎり		牛乳, ゴマちゃんすこう				牛乳, せんべい	
朝おやつ	21		22		23		24	せんべい	25	ヨーグルト	26	
献立	【敬老の日 (休園)】		【国民の休日 (休園)】		【秋分の日 (休園)】		ハヤシライス ゴボウサラダ コンスープ みかん缶		ふりかけご飯 鶏肉の筑前煮 アーサ汁 バナナ		鶏そぼろ丼 大根のみそ汁 果物	
おやつ							麦茶, 黒糖がらす (蒸しパン)		麦茶, お月見スイートポテト		牛乳, せんべい	
朝おやつ	28	煮干し (0.1歳せんべい)	29	バナナ	30	せんべい	 9月絵本給食 まほうのわくわくおにぎり 著: まいのおやつ 発行: 株式会社KADOKAGA		 ● 十五夜を楽しもう 十五夜は、秋のきれいな月を眺めながら、 秋の実りに「ありがとう」を伝える行事です。 お月見だんごや、すすきを飾って 楽しめます♪ 今年の十五夜は9月25日です。			
献立	ボークカレーライス 千切り大根の和え物 わかめスープ みかん缶		ふりかけご飯 ハンバーグ ブロッコリーサラダ 豆乳みそ汁 パイン缶		ごはん チキンのゴマ風味焼き 菜の花ソテー 春雨のスープ オレンジ							
おやつ	牛乳, シスコーン		【お誕生会】, 牛乳 誕生日ケーキ (1歳児マフィン)		麦茶【絵本給食】 ピーマンとツナのおにぎり							

※ 食材、行事、その他都合で 献立を変更することがあります。

日本ユニテック栄養士 島袋綾子

9月 離乳食献立表



離乳食には、かつおだしを使用しています(一部表記省略)

	中期(7. 8か月)		後期(9. 10. 11か月)	
	舌でつぶせる固さ	絹ごし豆腐程度(つぶつぶ)	歯ぐきでつぶせる固さ	バナナ位(荒みじん)
	献立	主な食材	献立	主な食材
1日 (火) 午前	全がゆ だし汁 白身魚の野菜あんかけ	米(全がゆ) /かつおだし 白身魚,人参,玉葱,ほうれん草,片栗粉	軟飯~全がゆ だし汁 白身魚の野菜あんかけ 手づかみ野菜	米(軟飯) /かつおだし 白身魚,人参,玉葱,ほうれん草,片栗粉 人参
午後	保育用ミルク 芋がゆ(さつまいも)	保育ミルク 米(全がゆ),さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯),さつまいも
2日 (水) 午前	全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み	米(全がゆ) /かつおだし 絹ごし豆腐,人参,玉葱,じゃが芋	軟飯~全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 手づかみ野菜	米(軟飯) /かつおだし 絹ごし豆腐,人参,玉葱,じゃが芋 じゃが芋
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),ブロッコリー	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯),ブロッコリー
3日 (木) 午前	全がゆ ゆし豆腐(薄味) 丼)と野菜の煮込み	米(全がゆ) ゆし豆腐,かつおだし,こいくち醤油 ささ身ミンチ,人参,玉葱,キャベツ,片栗粉	軟飯~全がゆ ゆし豆腐(薄味) 丼)と野菜の煮込み 手づかみ野菜	米(軟飯) ゆし豆腐,かつおだし,こいくち醤油 ささ身ミンチ,人参,玉葱,キャベツ,片栗粉 人参
午後	保育用ミルク 芋がゆ	保育ミルク 米(全がゆ),さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯),さつまいも
4日 (金) 午前	全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮	米(全がゆ) /かつおだし 白身魚,人参,じゃが芋,小松菜,片栗粉	軟飯~全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 手づかみ野菜	米(軟飯) /かつおだし 白身魚,人参,じゃが芋,小松菜,片栗粉 じゃが芋
午後	保育用ミルク 芋がゆ(さつまいも)	保育ミルク 米(全がゆ),さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯),さつまいも
5日 (土) 午前	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米(全がゆ),人参,玉葱,大根 絹ごし豆腐 /かつおだし	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米(軟飯),人参,玉葱,大根 絹ごし豆腐 /かつおだし
午後	保育用ミルク ソフトせんべい	保育ミルク 赤ちゃんせんべい	保育用ミルク ソフトせんべい	保育ミルク 赤ちゃんせんべい
7日 (月) 午前	全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み	米(全がゆ) /かつおだし 絹ごし豆腐,人参,大根,白菜	軟飯~全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み つかみ食べ野菜	米(軟飯) /かつおだし 絹ごし豆腐,人参,大根,白菜 大根
午後	保育用ミルク 芋がゆ	保育ミルク 米(全がゆ),さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり(さつまいも)	保育ミルク 米(軟飯),さつまいも
8日 (火) 午前	全がゆ 豆腐のすまし汁 白身魚のほぐし煮	米(全がゆ) 絹ごし豆腐,かつおだし 白身魚,人参,玉葱,かぼちゃ,片栗粉	軟飯 豆腐のすまし汁 白身魚のほぐし煮 つかみ食べ野菜	米(軟飯) 絹ごし豆腐,かつおだし 白身魚,人参,玉葱,かぼちゃ,片栗粉 人参
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),ブロッコリー	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯),ブロッコリー
9日 (水) 午前	全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み	米(全がゆ) /かつおだし 絹ごし豆腐,人参,大根,ほうれん草	軟飯~全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み つかみ食べ野菜	米(軟飯) /かつおだし 絹ごし豆腐,人参,大根,ほうれん草 人参
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),かぼちゃ	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯),かぼちゃ
10日 (木) 午前	全がゆ 豆腐のすまし汁 ささみ団子の野菜煮	米(全がゆ) 絹ごし豆腐,かつおだし ささ身ミンチ,絹ごし豆腐,人 参,大根,ほうれん草,片栗粉	軟飯~全がゆ 豆腐のすまし汁 ささみ団子の野菜煮 つかみ食べ野菜	米(軟飯) 絹ごし豆腐,かつおだし ささ身ミンチ,絹ごし豆腐,人 参,大根,ほうれん草,片栗粉 大根
午後	保育用ミルク 芋おじや	保育ミルク 米(全がゆ),さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり(さつまいも)	保育ミルク 米(軟飯),さつまいも
11日 (金) 午前	全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮	米(全がゆ) /かつおだし 白身魚,人参,玉葱,ブロッコリー,片栗粉	軟飯~全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 つかみ食べ野菜	米(軟飯) /かつおだし 白身魚,人参,玉葱,ブロッコリー,片栗粉 人参
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),かぼちゃ	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯),かぼちゃ
12日 (土) 午前	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米(軟飯),人参,玉葱,かぼちゃ 絹ごし豆腐 /かつおだし	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米(軟飯),人参,玉葱,かぼちゃ 絹ごし豆腐 /かつおだし
午後	保育用ミルク ソフトせんべい	保育ミルク 赤ちゃんせんべい	保育用ミルク ソフトせんべい	保育ミルク 赤ちゃんせんべい

9月 離乳食献立表



離乳食には、かつおだしを使用しています(一部表記省略)

	中期(7. 8か月)		後期(9. 10. 11か月)	
	舌でつぶせる固さ	絹ごし豆腐程度(つぶつぶ)	歯ぐきでつぶせる固さ	バナナ位(荒みじん)
	献立	主な食材	献立	主な食材
14日 (月)	全がゆ/だし汁 豆腐と野菜の煮込み	米(全がゆ)/かつおだし 絹ごし豆腐,人参,玉葱,ブロッコリー	軟飯~全がゆ 豆腐と野菜の煮込み 手づかみ野菜	米(軟飯)/かつおだし 絹ごし豆腐,人参,玉葱 ブロッコリー
午後	保育用ミルク 芋がゆ(さつまいも)	保育ミルク 米(全がゆ),さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり(さつまいも)	保育ミルク 米(軟飯),さつまいも
15日 (火)	全がゆ/だし汁 ささみと野菜の煮込み	米(全がゆ)/かつおだし ささ身ミンチ,片栗粉,人参, 玉葱,ほうれん草	軟飯~全がゆ ささみと野菜の煮込み 手づかみ野菜	米(軟飯)/かつおだし ささ身ミンチ,片栗粉,人参, 玉葱,ほうれん草
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),ブロッコリー	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯),ブロッコリー
16日 (水)	全がゆ/だし汁 白身魚のほぐし煮	米(全がゆ)/かつおだし 白身魚,人参,キャベツ,小松菜,片栗粉	軟飯~全がゆ 白身魚のほぐし煮 手づかみ野菜	米(軟飯)/かつおだし 白身魚,人参,キャベツ,小松菜,片栗粉
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),かぼちゃ	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯),かぼちゃ
17日 (木)	全がゆ/だし汁 ささみと野菜の煮込み	米(全がゆ)/かつおだし ささ身ミンチ,人参,玉葱,じゃが芋	軟飯~全がゆ ささみと野菜の煮込み 手づかみ野菜	米(軟飯)/かつおだし ささ身ミンチ,人参,玉葱,じゃが芋
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),ブロッコリー	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯),ブロッコリー
18日 (金)	【運動会】			
19日 (土)	野菜がゆ 豆腐のすまし	米(全がゆ),人参,玉葱,ほうれん草 絹ごし豆腐,/かつおだし	野菜がゆ 豆腐のだし煮	米(軟飯),玉葱,人参,ほうれん草 絹ごし豆腐,/かつおだし
午後	保育用ミルク ソフトせんべい	保育ミルク 赤ちゃんせんべい	保育用ミルク ソフトせんべい	保育ミルク 赤ちゃんせんべい
21日 (月)	【敬老の日(休園)】			
22日 (火)	【国民の休日(休園)】			
23日 (水)	【秋分の日(休園)】			
24日 (木)	全がゆ/だし汁 白身魚のほぐし煮	米(全がゆ)/かつおだし 白身魚,片栗粉,人参,玉葱,じゃが芋	軟飯~全がゆ 白身魚のほぐし煮 手づかみ野菜	米(軟飯)/かつおだし 白身魚,片栗粉,人参,玉葱,じゃが芋
午後	保育用ミルク 芋がゆ(さつまいも)	保育ミルク 米(全がゆ),さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり(さつまいも)	保育ミルク 米(軟飯),さつまいも
25日 (金) 午前	全がゆ だし汁 ささみと野菜の煮込み	米(全がゆ) /かつおだし ささ身ミンチ,人参,玉葱,大根	軟飯~全がゆ 豆腐のすまし汁 ささみと野菜の煮込み 手づかみ野菜	米(軟飯) 絹ごし豆腐,/かつおだし ささ身ミンチ,人参,玉葱,大根
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),かぼちゃ	保育用ミルク 南瓜おにぎり	保育ミルク 米(軟飯),かぼちゃ
26日 (土)	野菜がゆ 豆腐のすまし	米(全がゆ),人参,大根,ほうれん草 絹ごし豆腐,/かつおだし	野菜がゆ 豆腐のすまし	米(軟飯),人参,大根,ほうれん草 絹ごし豆腐,/かつおだし
午後	保育用ミルク ソフトせんべい	保育ミルク 赤ちゃんせんべい	保育用ミルク ソフトせんべい	保育ミルク 赤ちゃんせんべい
28日 (月)	全がゆ/だし汁 豆腐と野菜の煮込み	米(全がゆ)/かつおだし 絹ごし豆腐,人参,玉葱,じゃが芋	軟飯~全がゆ 豆腐と野菜の煮込み 手づかみ野菜	米(軟飯)/かつおだし 絹ごし豆腐,人参,玉葱,じゃが芋
午後	保育用ミルク 芋がゆ(さつまいも)	保育ミルク 米(全がゆ),さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり(さつまいも)	保育ミルク 米(軟飯),さつまいも
29日 (火)	全がゆ/だし汁 白身魚のほぐし煮	米(全がゆ)/かつおだし 白身魚,片栗粉,人参,じゃが芋,キャベツ	軟飯~全がゆ 白身魚のほぐし煮 手づかみ野菜	米(軟飯)/かつおだし 白身魚,片栗粉,人参,じゃが芋,キャベツ
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),ブロッコリー	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯),ブロッコリー
30日 (水)	全がゆ/だし汁 豆腐と野菜の煮込み	米(全がゆ)/かつおだし 絹ごし豆腐,人参,玉葱,小松菜	軟飯~全がゆ 豆腐と野菜の煮込み 手づかみ野菜	米(軟飯)/かつおだし 絹ごし豆腐,人参,玉葱,小松菜
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),かぼちゃ	保育用ミルク 南瓜おにぎり	保育ミルク 米(軟飯),かぼちゃ