



# 弘前保育園 9月離乳食献立表

2025年度

※未喫食のフルーツはりんごかバナナに変更して提供します。

9月	献立名	主な材料	おやつ	主な材料
1 月	豚丼(軟飯)・きのこ炒め・キャベツのゆかり和え・茹でトマト・バナナ・大根味噌汁	米・豚肉・玉ねぎ・人参・いんげん・ごぼう・えのき・しめじ・エリンギ・キャベツ・もやし・ゆかり・トマト・バナナ・大根・生揚げ	お茶・人参ケーキ	人参・ホットケーキミックス・マーマレード・上白糖・バター・卵
2 火	軟飯・タラ野菜煮・ブロッコリーとコーン炒め・いんげん和え物・茹でトマト・豚汁・オレンジ	米・タラ・玉ねぎ・黄パプリカ・赤パプリカ・人参・南瓜・ブロッコリー・コーン・いんげん・ごま・トマト・豚ひき肉・大根・ごぼう・里芋・しめじ・ネギ・オレンジ	ミルクデザート	牛乳・ミルクデザートの素(いちご)
3 水	軟飯・ナスと豚肉の煮物・人参炒め・白かぶ和え物・ニラ玉スープ・パイ	米・ナス・豚肉・万能ねぎ・人参・いんげん・ツナ・白かぶ・胡瓜・卵・ニラ・玉ねぎ・パイ	お茶・スティック食パン	食パン
4 木	ナポリタン風・小松菜炒め・南瓜サラダ・グレープフルーツ・麦茶	スパゲティ・玉ねぎ・マッシュルーム・ピーマン・豚肉・小松菜・人参・えのき・ごま・南瓜・胡瓜・グレープフルーツ・麦茶	お茶・ほうれん草ホットケーキ	ほうれん草・ホットケーキミックス・豆乳・マーガリン
5 金	軟飯・キャベツ入り卵焼き・白菜炒め物・豆腐サラダ・キウイフルーツ・茹でトマト・玉ねぎ味噌汁	米・キャベツ・もやし・豚ひき肉・卵・白菜・豚肉・人参・木綿豆腐・レタス・胡瓜・黄パプリカ・赤パプリカ・キウイフルーツ・トマト・玉ねぎ	お茶・マッシュポテト	じゃが芋
6 土	軟飯・麻婆豆腐風・人参しらす炒め・ごぼうサラダ・煮りんご・麦茶	米・木綿豆腐・ネギ・豚ひき肉・人参・えのき・しらす干し・ごぼう・胡瓜・ひじき・ツナ・りんご・麦茶	ぶどうゼリー	ぶどうジュース・ゼラチン・上白糖・黄桃缶
8 月	ガバオ風ライス(軟飯)・さつまい芋金平・ほうれん草の和え物・茹でトマト・グレープフルーツ・牛乳	米・豚ひき肉・玉ねぎ・黄パプリカ・赤パプリカ・ピーマン・卵・さつまい芋・ごま・バター・ほうれん草・人参・トマト・グレープフルーツ・牛乳	お茶・おから入りパンケーキ	おから・ホットケーキミックス・卵・牛乳・豆乳・上白糖
9 火	軟飯・炒り豆腐・里芋煮転がし・白菜和え物・青梗菜の味噌汁・キウイフルーツ	米・木綿豆腐・豚ひき肉・人参・コーン・きくらげ・里芋・白菜・ごま・青梗菜・生揚げ・キウイフルーツ	お茶・野菜入りおやき	小麦粉・キャベツ・もやし・ネギ・豚肉
10 水	軟飯・鮭のちゃんちゃん焼き風・人参金平・南瓜の和え物・茹でトマト・野菜スープ・バナナ	米・鮭・キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン・しめじ・チーズ・ごぼう・南瓜・ごま・いんげん・トマト・ブロッコリー・じゃが芋・バナナ	お茶・きなこうどん	茹でうどん・きなこ・上白糖
11 木	シシリアンライス風(軟飯)・根菜煮物・ほうれん草和え物・かきたまスープ・梨	米・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・グリーンピース・えのき・レタス・トマト・鶏肉・生揚げ・ごぼう・里芋・椎茸・いんげん・ほうれん草・木綿豆腐・しめじ・ごま・にら・卵・万能ねぎ・梨	野菜ジュース・赤ちゃんせんべい	市販赤ちゃんせんべい
12 金	野菜煮込みうどん・わかめの炒め物・ブロッコリー和え物・茹でトマト・キウイフルーツ・麦茶	茹でうどん・豚ひき肉・キャベツ・人参・きくらげ・もやし・小松菜・コーン・ネギ・カットわかめ・ブロッコリー・トマト・キウイフルーツ・麦茶	甘夏みかん入りミルクデザート	牛乳・ミルクデザートの素・甘夏みかん缶詰
13 土	軟飯・タンドリーチキン風・人参炒め・ささみと和え物・茹でトマト・白菜スープ・パイ	米・鶏もも肉・人参・ささみ・胡瓜・トマト・白菜・にら・きくらげ・春雨・卵・パイ	お茶・ふかし芋	さつまいも
16 火	軟飯・目玉焼き・きのこ豚肉炒め・白菜の昆布和え・茹でトマト・キャベツ味噌汁・キウイフルーツ	米・卵・ハム・マイタケ・えのき・エリンギ・豚肉・小松菜・白菜・ピーマン・さざ波昆布・トマト・キャベツ・ネギ・生揚げ・キウイフルーツ	お茶・南瓜入りホットケーキ	南瓜・ホットケーキミックス・牛乳・豆乳・マーガリン
17 水	ゆかり軟飯・鶏肉ソテー・枝豆と玉ねぎのおやき・カリフラワー和え物・麦茶・オレンジ	米・ゆかり・枝豆・ミックスベジタブル・玉ねぎ・カリフラワー・人参・鰹節・麦茶・オレンジ	お茶・野菜入りおやき	小麦粉・豚肉・にら・白菜・ネギ・ひじき・卵
18 木	軟飯・豆腐ツナおやき・ほうれん草ソテー・キャベツのゆかり和え・茹でトマト・きのこスープ・グレープフルーツ	米・木綿豆腐・ツナ・コーン・チーズ・玉ねぎ・ほうれん草・ハム・人参・キャベツ・胡瓜・ゆかり・トマト・椎茸・えのき・マイタケ・セロリ・豚ひき肉・グレープフルーツ	お茶・水ようかん	こしあん・粉寒天・上白糖・塩
19 金	きのこご飯風軟飯・鶏肉ソテー・ブロッコリー和え物・卵豆腐の清汁・フルーツ盛り合わせ	米・椎茸・しめじ・マイタケ・人参・ひじき・鶏肉・ネギ・胡麻・ブロッコリー・胡瓜・卵豆腐・小松菜・りんご・バナナ	お茶・さつまい芋モンブラン	さつまい芋・ホイップクリーム・食パン
20 土	軟飯・肉じゃが・タラ煮・マカロニサラダ・野菜ふりかけ・キウイフルーツ・麦茶	米・じゃが芋・人参・豚肉・椎茸・グリーンピース・タラ・マカロニ・胡瓜・コーン・ハム・卵・ふりかけ・キウイフルーツ・麦茶	お茶・コーンフレーク	コーンフレーク
22 月	三色丼(軟飯)・おから炒め・キャベツの和え物・茹でトマト・麦茶・バナナ	米・鶏ひき肉・卵・ほうれん草・おから・人参・椎茸・ネギ・キャベツ・胡瓜・トマト・麦茶・バナナ	お茶・あん食パン	こしあん・粉チーズ・食パン
24 水	ロールパン・豚肉ソテー・カラフルピーマン炒め・キャベツサラダ・グレープフルーツ・豆腐のスープ	ロールパン・豚肉・玉ねぎ・人参・椎茸・ピーマン・黄パプリカ・赤パプリカ・キャベツ・ハム・胡瓜・グレープフルーツ・木綿豆腐・鶏ひき肉・小松菜	お茶・鮭軟飯	米・鮭・胡麻・チーズ
25 木	軟飯・豆腐そぼろあんかけ・人参炒め・胡瓜鶏肉和え・茹でトマト・なめこ清汁・オレンジ	米・木綿豆腐・豚ひき肉・人参・いんげん・青梗菜・胡瓜・鶏肉・海苔・トマト・なめこ・大根・オレンジ	ミルクデザートフルーツ入り	牛乳・ミルクデザートの素・バナナ・りんご
26 金	軟飯・ほっけ焼き魚・ナス炒め・チーズ入り納豆・茹でトマト・どさんこ汁・グレープフルーツ	米・ほっけ・豚肉・なす・人参・玉ねぎ・納豆・チーズ・ネギ・ひじき・トマト・豚ひき肉・キャベツ・もやし・きくらげ・コーン・グレープフルーツ	お茶・南瓜の蒸しパン	南瓜・ホットケーキミックス・甘酒・甘納豆
27 土	焼うどん・鮭煮魚・ブロッコリー和え物・パイ・お茶	うどん・人参・玉ねぎ・キャベツ・もやし・ピーマン・鮭・ブロッコリー・胡瓜・胡麻・竹輪・パイ・お茶	オレンジゼリー	オレンジジュース・ゼラチン・上白糖・ミカン缶詰
29 月	野菜あんかけ丼(軟飯)・目玉焼き・大根和え物・バナナ・お茶	豚ひき肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・大豆・ブロッコリー・卵・大根・胡瓜・ゆかり・バナナ・麦茶	フルーチェ(苺)	牛乳・フルーチェ(苺)の素
30 火	軟飯・たら煮魚・根菜炒め・チキンサラダ・豆乳豚汁・バナナ	米・たら・さつまい芋・レンコン・人参・胡麻・レタス・トマト・胡瓜・ささみ・豚肉・大根・しめじ・小松菜・ごぼう・バナナ	お茶・枝豆のケーキサレ	枝豆・ホットケーキミックス・ベーコン・チーズ・コーン・卵



誕生会

