



9月離乳食だより



2026年 みどりが丘保育園

日曜日	AMひよこおやつ	献立	おやつ
1 火	お茶・ビスケット	おかゆ、炒め物(豚肉、玉ねぎ、人参、もやし、ニラ)、焼魚(鮭)、みそ汁、バナナ	お茶・おこさませんべい
2 水	お茶・たまごボーロ	おかゆ、煮物(豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、卵、おから)、炒め物(ほうれん草、コーン)、みそ汁、りんご	すいか
3 木	お茶・ウエハース	おかゆ、コンソメ煮(豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋)、和え物(春雨、卵)、オレンジ	お茶・しらす粥
4 金	お茶・おこさませんべい	おかゆ、煮魚(タラ)、煮物(鶏肉、大根、人参、枝豆)、みそ汁、りんご	お茶・ビスケット
5 土		野菜粥、みそ汁	お茶・おこさませんべい
7 月	お茶・おこさませんべい	おかゆ、炒め物(豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン)、じゃが芋煮、みそ汁、バナナ	お茶・たまごボーロ
8 火	お茶・ビスケット	うどん、煮物(豚肉、玉ねぎ、人参、しいたけ)、さつま芋煮、わかめスープ、りんご	お茶・じゃが芋煮
9 水	お茶・たまごボーロ	おかゆ、卵焼き(玉ねぎ、コーン)、煮物(ごぼう、人参)、みそ汁、オレンジ	くだもの
10 木	お茶・ウエハース	おかゆ、コンソメ煮(豚肉、玉ねぎ、人参、南瓜)、和え物(キャベツ、人参、コーン)、すいか	お茶・ごま粥
11 金	お茶・おこさませんべい	おかゆ、炒め物(玉ねぎ、人参、ピーマン、コーン)、昆布煮、みそ汁、バナナ	お茶・ウエハース
12 土		野菜粥、みそ汁	お茶・おこさませんべい
14 月	お茶・おこさませんべい	おかゆ、炒め物(豚肉、大根、厚揚げ、ニラ)、煮物(麩)、みそ汁、オレンジ	お茶・ビスケット
15 火	お茶・ビスケット	おかゆ、煮物(じゃが芋、玉ねぎ、卵)、和え物(チンゲン菜、わかめ、人参)、野菜スープ、りんご	お茶・さつま芋煮
16 水	お茶・たまごボーロ	おかゆ、焼魚(ホッケ)、煮物(鶏肉、大根、人参、大豆)、みそ汁、オレンジ	くだもの
17 木	お茶・ウエハース	おかゆ、コンソメ煮(豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋)、和え物(小松菜、もやし、人参)、バナナ	お茶・おこさませんべい
18 金	お茶・おこさませんべい	おかゆ、炒め物(鶏肉、玉ねぎ、人参、ピーマン)、和え物(じゃが芋、コーン、ブロッコリー)、かきたま汁、オレンジ	お茶・煮りんご
19 土		野菜粥、みそ汁	お茶・おこさませんべい
21 月	【敬老の日】		
22 火	【国民の祝日】		
23 水	【秋分の日】		
24 木	お茶・ウエハース	おかゆ、コンソメ煮(豚肉、玉ねぎ、人参、大根)、和え物(スパゲッティ、コーン、卵)、りんご	お茶・たまごボーロ
25 金	お茶・おこさませんべい	おかゆ、煮物(タラ、ブロッコリー)、和え物(ほうれん草、もやし、人参)、みそ汁、バナナ	お茶・ウエハース
26 土		野菜粥、みそ汁	お茶・おこさませんべい
28 月	お茶・おこさませんべい	おかゆ、煮物(豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋)、焼魚(鮭)、みそ汁、オレンジ	お茶・ビスケット
29 火	お茶・ビスケット	おかゆ、さつま芋煮、和え物(ひじき、人参、鶏肉)、みそ汁、バナナ	お茶・おこさませんべい
30 水	お茶・たまごボーロ	おかゆ、煮物(鶏肉)、和え物(じゃが芋、人参、コーン)、みそ汁、オレンジ	くだもの

防災給食

7月の防災食の日に災害時の停電を想定して、電気を使用しない給食提供訓練に取り組みました。

※メニュー※

- ・大豆ミートのドライカレー
- ・キャベツの海苔和え
- ・魚肉ソーセージ炒め
- ・みそ汁
- ・バナナ



【お給食の供給量】	3歳以上児	3歳未満児
エネルギー	577kcal	488kcal
タンパク質	24.5g	21.2g
脂 質	15.5g	14.1g
食塩相当量	1.5g	1.3g

取り分け離乳食メニュー(後期)

豆腐パンケーキ(大人2人、子供1人) 約10枚

- ホットケーキミックス 200g
- 絹豆腐 150g
- プレーンヨーグルト 50g
- 卵 1ケ
- 【さつまいもクリーム・子供用】
- さつまいも 小1/2本
- きなこ 大さじ2
- 豆乳 適量



- ①豆腐を泡立て器等で潰して、他の材料を加えて良く混ぜる。
- ②弱火でフライパンを温めて、スプーンで生地を入れる。
- ③ポツポツ穴が開いたら、裏返し蓋をして約3分焼き色が付くまで蒸し焼きにする。

【さつまいもクリーム】*大人はお好みでバターやジャムを添える

- ①さつまいもは皮を剥き、小さく切って煮る。
- ②茹で汁を捨てて潰してきなこを入れて混ぜて、豆乳を少しずつ加えてペースト状にする。