

9月

保育園離乳食献立表

所沢市立保育園

2026年

	7，8か月頃		9～11か月頃		12～18か月頃	
日（曜）	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後
1日（火）	5倍粥 キャベツと鶏ひき肉のやわらか煮 ブロッコリーのコーン煮 豆腐とほうれん草のすまし汁 ミルク	人参パン粥 ブロッコリーとツナのスープ 梨のコンポート ミルク	3倍粥 キャベツと豚ひき肉のソテー ブロッコリーのコーン煮 梨のコンポート 豆腐とほうれん草のすまし汁 ミルク	人参ジャムサンド ブロッコリーとツナのスープ 梨のコンポート ミルク	軟飯 オイスターソース炒め ブロッコリーとコーンのサラダ 豆腐スープ	人参ジャムサンド ブロッコリーとツナのスープ 梨のコンポート 牛乳
2日（水）	5倍粥 かれいのかす煮 きゅうりと人参のやわらか煮 わかめと玉ねぎのすまし汁 ミルク	パン粥 コーンスープ 煮ブルーン ミルク	3倍粥 かれいの煮つけ 野菜スティック わかめと玉ねぎのみそ汁 ミルク	カリカリトースト コーンスープ 煮ブルーン ミルク	軟飯 かれいの煮つけ スパゲティサラダ 玉ねぎとわかめのみそ汁	カリカリトースト コーンスープ ブルーン 牛乳
3日（木）	5倍粥 ふわふわ肉団子のオニオンソースかけ 小松菜のおかか煮 オクラと玉ねぎのすまし汁 ミルク	ゆでかぼちゃ 春雨スープ ブラマンジェ ミルク	3倍粥 肉団子のオニオンソースかけ 小松菜のおかかあえ オクラと玉ねぎのみそ汁 ミルク	ゆでかぼちゃ 春雨スープ ブラマンジェ ミルク	軟飯 肉団子のオニオンソースかけ 小松菜のおひたし オクラと玉ねぎのみそ汁	ゆでかぼちゃ 春雨スープ ブラマンジェ 牛乳
4日（金）	5倍粥 高野豆腐のふわふわ煮 きゅうりのやわらか煮 大根と麩のすまし汁 ミルク	おかか粥 鶏汁 大根のやわらか煮 ミルク	3倍粥 高野豆腐の煮物 きゅうりスティック 大根と麩のみそ汁 ミルク	おかか粥 豚汁 大根スティック ミルク	軟飯 高野豆腐の煮物 きゅうりの即席漬け もやしと麩のみそ汁	梅おかかおにぎり 豚汁 大根スティック 牛乳
5日（土）	煮込みうどん つぶしバナナ プレーンヨーグルト ミルク	ミルクパン粥 ポテトスープ 人参のやわらか煮 ミルク	煮込みうどん バナナ プレーンヨーグルト ミルク	蒸しパン ポテトスープ 人参スティック ミルク	肉うどん バナナ プレーンヨーグルト	蒸しパン ポテトスープ 人参スティック 牛乳
7日（月）	5倍粥 肉じゃが ほうれん草のいそ煮 豆腐とキャベツのすまし汁 ミルク	バナナ豆乳パン粥 ほうれん草のスープ ほぐしオレンジ ミルク	3倍粥 肉じゃが ほうれん草のいそあえ 豆腐とキャベツのみそ汁 ミルク	バナナパンケーキ ほうれん草のスープ オレンジ ミルク	軟飯 肉じゃが いそあえ 生揚げとしめじのみそ汁	バナナパンケーキ ほうれん草のスープ オレンジ 牛乳
8日（火）	5倍粥 鮭のかす煮 大根と人参のやわらか煮 なすと玉ねぎのすまし汁 ミルク	のり粥 チンゲン菜と人参のすまし汁 煮奴 ミルク	3倍粥 鮭の煮つけ 大根と人参の煮物 なすと玉ねぎのみそ汁 ミルク	のり粥 チンゲン菜と人参のみそ汁 煮奴 ミルク	軟飯 鮭の塩こうじ焼き 切り干し大根のおかす煮 なすのみそ汁	子ぎつねずし チンゲン菜と人参のみそ汁 煮奴 牛乳
9日（水）	5倍粥 ふわふわ肉団子と人参の煮物 小松菜の煮びたし かぶと玉ねぎのすまし汁 ミルク	きなこパン粥 小松菜のスープ 梨のコンポート ミルク	3倍粥 肉団子と人参の煮物 小松菜のごまあえ かぶと玉ねぎのみそ汁 ミルク	きなこトースト 小松菜のスープ 梨のコンポート ミルク	軟飯 いりどり ごまあえ えのきと玉ねぎのみそ汁	きなこトースト 小松菜のスープ 梨のコンポート 牛乳
10日（木）	5倍粥 ふわふわ肉団子のトマト煮 ブロッコリーのやわらか煮 小松菜と麩のすまし汁 ミルク	さつまいもの茶巾 そうめんスープ かぶの人参あんかけ ミルク	3倍粥 肉団子のトマト煮 青ゆでブロッコリー 小松菜と麩のみそ汁 ミルク	さつまいもの茶巾 そうめんスープ かぶの人参あんかけ ミルク	軟飯 肉団子のトマト煮 ブロッコリーのナムル 小松菜と油揚げのみそ汁	さつまいもの茶巾 そうめんスープ かぶの人参あんかけ 牛乳
11日（金）	5倍粥 ビーフンの煮物 きゅうりのやわらか煮 わかめと玉ねぎのスープ ミルク	パン粥 ツナとキャベツのシチュー ゆでじゃが ミルク	3倍粥 ビーフンソテー きゅうりスティック わかめと玉ねぎのスープ ミルク	ホットケーキ ツナとキャベツのシチュー ゆでじゃがいも ミルク	軟飯 ビーフンソテー きゅうりの塩もみ かぼちゃの煮つけ わかめスープ	ホットビスケット ツナとキャベツのシチュー ゆでじゃがいも 牛乳
12日（土）	煮込みうどん 梨のコンポート 人参のチーズ煮 ミルク	わかめ粥 豆腐と玉ねぎのすまし汁 ほぐしオレンジ ミルク	焼うどん 梨のコンポート 人参のチーズ煮 ミルク	わかめ粥 豆腐と玉ねぎのみそ汁 オレンジ ミルク	焼きそば 梨のコンポート 人参のチーズ煮	わかめおにぎり 豆腐と玉ねぎのみそ汁 オレンジ 牛乳
14日（月）	5倍粥 ふわふわ肉団子のクリーム煮 野菜のやわらか煮 大根と麩のすまし汁 ミルク	ツナパン粥 ジュリアンスープ つぶしバナナ ミルク	3倍粥 肉団子のクリーム煮 サイコロサラダ 大根と麩のみそ汁 ミルク	ツナトースト ジュリアンスープ バナナ ミルク	軟飯 鶏肉のうま煮 華風サラダ 大根と麩のみそ汁	ツナサンド ジュリアンスープ バナナ 牛乳
15日（火）	5倍粥 ふわふわ肉団子 きゅうりと人参のやわらか煮 豆腐と玉ねぎのすまし汁 ミルク	しらす粥 豆腐とキャベツのすまし汁 ほぐしオレンジ ミルク	3倍粥 肉団子の甘辛煮 野菜スティック 豆腐と玉ねぎのみそ汁 ミルク	しらす粥 豆腐とキャベツのみそ汁 オレンジ ミルク	軟飯 からあげ ねばねばあえ 玉ねぎと油揚げのみそ汁	しらすおにぎり 豆腐とキャベツのみそ汁 オレンジ 牛乳
16日（水）	5倍粥 かじきのコーン煮 ほうれん草のおかか煮 キャベツとわかめのすまし汁 ミルク	ゆでさつまいも ビーフンスープ 煮ブルーン ミルク	3倍粥 かじきのコーン煮 ほうれん草のおかかあえ キャベツとわかめのみそ汁 ミルク	ゆでさつまいも ビーフンスープ 煮ブルーン ミルク	軟飯 かじきのマヨネーズ焼き ほうれん草のおかかあえ なめこのみそ汁	ゆでさつまいも ビーフンスープ ブルーン 牛乳
17日（木）	5倍粥 なすのそぼろ煮 きゅうりのやわらか煮 チンゲン菜のスープ ミルク	人参パン粥 じゃがいもと玉ねぎのスープ ブラマンジェ ミルク	3倍粥 なすのそぼろ煮 きゅうりのごまあえ チンゲン菜のスープ ミルク	人参パンケーキ じゃがいもと玉ねぎのスープ ブラマンジェ ミルク	軟飯 なすのみそいため きゅうりのごまがらめ チンゲン菜のスープ	オレンジケーキ じゃがいもと玉ねぎのスープ ブラマンジェ 牛乳
18日（金）	5倍粥 ふわふわ肉団子と人参の煮物 大根ときゅうりのやわらか煮 ほうれん草と玉ねぎのすまし汁 ミルク	きなこ粥 大根とほうれん草のすまし汁 豆腐の人参あんかけ ミルク	3倍粥 肉団子と人参の煮物 野菜スティック ほうれん草と玉ねぎのみそ汁 ミルク	きなこ粥 大根とほうれん草のみそ汁 豆腐の人参あんかけ ミルク	軟飯 肉団子と人参の煮物 切り干し大根の中華サラダ もやしと油揚げのみそ汁	きなこおにぎり 大根とほうれん草のみそ汁 豆腐の人参あんかけ 牛乳
19日（土）	5倍粥 肉じゃが ツナときゅうりのやわらか煮 キャベツのスープ ミルク	かぼちゃパン粥 ほうれん草と人参のスープ 梨のコンポート ミルク	3倍粥 肉じゃが ツナサラダ キャベツのスープ ミルク	かぼちゃのパンケーキ ほうれん草と人参のスープ 梨のコンポート ミルク	ミルクカレー わかめサラダ キャベツのスープ	かぼちゃケーキ ほうれん草と人参のスープ 梨のコンポート 牛乳
24日（木）	5倍粥 春雨の煮物 小松菜の煮びたし さつまいもと玉ねぎのすまし汁 ミルク	パン粥 ミネストローネ 煮ブルーン ミルク	3倍粥 春雨と豚肉の煮物 小松菜のおひたし さつまいもと玉ねぎのみそ汁 ミルク	蒸しパン ミネストローネ 煮ブルーン ミルク	軟飯 豚肉とごぼうのすきやき風煮 小松菜のえのきあえ さつまいもと玉ねぎのみそ汁	甘酒蒸しパン ミネストローネ ブルーン 牛乳
25日（金）	5倍粥 じゃがいものそぼろ煮 キャベツと人参のやわらか煮 豆腐とわかめのすまし汁 ミルク	しらす粥 けんちん汁 梨のコンポート ミルク	3倍粥 じゃがいもと鶏肉のみそ煮 キャベツのいそあえ 豆腐とわかめのすまし汁 ミルク	しらす粥 けんちん汁 梨のコンポート ミルク	軟飯 じゃが芋と鶏肉のみそ煮 キャベツの即席漬け すまし汁	しらすおにぎり けんちん汁 梨のコンポート 牛乳
26日（土）	うどんナポリタン ブロッコリーのやわらか煮 プレーンヨーグルト ミルク	ミルクパン粥 ブロッコリーとツナのスープ 人参のチーズ煮 ミルク	うどんナポリタン 青ゆでブロッコリー プレーンヨーグルト ミルク	蒸しパン ブロッコリーとツナのスープ 人参のチーズ煮 ミルク	スパゲッティナポリタン 青ゆでブロッコリー プレーンヨーグルト	黒糖蒸しパン ブロッコリーとツナのスープ 人参のチーズ煮 牛乳
28日（月）	煮込みうどん きゅうりのやわらか煮 ブラマンジェ ミルク	青菜粥 鶏汁 つぶしバナナ ミルク	煮込みうどん きゅうりスティック ブラマンジェ ミルク	青菜粥 豚汁 バナナ ミルク	ちゃんぽんうどん きゅうりのオイル漬け ブラマンジェ	菜めしおにぎり 豚汁 バナナ 牛乳
29日（火）	5倍粥 かれいのおろし煮 小松菜のおかか煮 玉ねぎと麩のすまし汁 ミルク	パン粥 ミルクスープ ほぐしオレンジ ミルク	3倍粥 かれいのおろし煮 小松菜のおかかあえ 玉ねぎと麩のみそ汁 ミルク	カリカリトースト ミルクスープ オレンジ ミルク	軟飯 かれいのおろし煮 ごまあえ 玉ねぎと麩のみそ汁	バタートースト ミルクスープ オレンジ 牛乳
30日（水）	5倍粥 なすのそぼろ煮 ツナとキャベツのやわらか煮 かぶのスープ ミルク	煮込みうどん ゆでさつまいも つぶしバナナのヨーグルトあえ ミルク	3倍粥 なすのそぼろ煮 ツナサラダ かぶのスープ ミルク	煮込みうどん ゆでさつまいも バナナのヨーグルトあえ ミルク	ミルクハヤシライス キャベツの和風サラダ かぶのスープ	煮込みうどん ゆでさつまいも バナナのヨーグルトあえ 牛乳