

2025年度 9がつ

こ ん だ て

末吉にこにこ保育園

日 (曜)	ごっくん期 (初期ごろ 5~6ヶ月ごろ)		もぐもぐ期 (中期ごろ 7~8ヶ月ごろ)		かみかみ期 (後期ごろ 9~11ヶ月ごろ)	
	メニュー	使用している食材	メニュー	使用している食材	メニュー	使用している食材
1 ・ 29 (月)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ かれいとキャベツのトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 かれい・キャベツ	うどん(キャベツ) 鮭とえのきの煮物 人参の煮物	うどん・キャベツ・鮭・えのき 人参 かつおだし・醤油・片栗粉	うどん(キャベツ) 鮭とえのきのカレー風煮 人参の煮物	うどん・キャベツ・鮭・えのき 人参 カレー粉 かつおだし・醤油・片栗粉
2 16 30 (火)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ ・ 麩と人参のつぶし煮	精白米・人参・玉葱 麩	おかゆ ささみのトマト煮 きゅうりの煮物 コーンスープ	精白米・ささみ・トマト・きゅうり コーン缶 かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ ささみのトマト煮 きゅうりの煮物 コーンスープ	精白米・ささみ・トマト・きゅうり コーン缶 かつおだし・醤油・片栗粉
3 ・ 17 (水)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ しらすとほうれん草のトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 しらす・ほうれん草	パンがゆ しらすとほうれん草の煮物 南瓜の煮物 茄子スープ	食パン・粉ミルク・しらす ほうれん草・南瓜・茄子 かつおだし・醤油・片栗粉	食パン しらすとほうれん草の煮物 南瓜の煮物 茄子スープ	食パン・しらす ほうれん草・南瓜・茄子 かつおだし・醤油・片栗粉
4 ・ 18 (木)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ 豆腐とブロッコリーのトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 豆腐・ブロッコリー	おかゆ 豆腐としめじの煮物 ブロッコリーの煮物 大根スープ	精白米・豆腐・しめじ ブロッコリー・大根 かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ 豆腐ハンバーグ ブロッコリーの煮物 大根スープ	精白米・豆腐・豚ひき肉(赤身) ブロッコリー・大根 サラダ油 かつおだし・醤油・片栗粉
5 ・ 19 (金)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ かれいとさつま芋のマッシュ	精白米・人参・玉葱 かれい・さつま芋	ひじきがゆ かれいと白菜のあんかけ さつま芋の煮物 葱スープ	精白米・ひじき・かれい・白菜 さつま芋・万能葱 かつおだし・醤油・片栗粉	ひじきがゆ かれいと白菜のあんかけ さつま芋の煮物 葱スープ	精白米・ひじき・かれい・白菜 さつま芋・万能葱 かつおだし・醤油・片栗粉
6 ・ 20 (土)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ 豆腐と小松菜のトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 豆腐・小松菜	おかゆ ツナと玉葱の煮物 チンゲン菜の煮物 かぶスープ	精白米・ツナ缶・玉葱・チンゲン菜 かぶ かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ ツナと玉葱の煮物 チンゲン菜の煮物 かぶスープ	精白米・ツナ缶・玉葱・チンゲン菜 かぶ かつおだし・醤油・片栗粉
8 ・ 22 (月)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ ・ 麩と南瓜のマッシュ	精白米・人参・玉葱 麩・南瓜	おかゆ 鮭と茄子の煮物 きゅうりの煮物 玉葱スープ	精白米・鮭・茄子・きゅうり・玉葱 かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ 茄子のそぼろあんかけ きゅうりの煮物 玉葱スープ	精白米・茄子・きゅうり・玉葱 豚ひき肉(赤身) かつおだし・醤油・片栗粉
9 (火)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ しらすとかぶのトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 しらす・かぶ	スープスパゲティ(トマト) ささみとキャベツの煮物 南瓜の煮物	スパゲティ・トマト・ささみ キャベツ・南瓜 かつおだし・醤油・片栗粉	スープスパゲティ(トマト) ささみとキャベツのあんかけ 南瓜の煮物	スパゲティ・トマト・ささみ キャベツ・南瓜 かつおだし・醤油・片栗粉
10 ・ 24 (水)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ かれいと茄子のつぶし煮	精白米・人参・玉葱 かれい・茄子	おかゆ しらすとえのきの煮物 ブロッコリーの煮物 ほうれん草スープ	精白米・しらす・えのき ブロッコリー・ほうれん草 かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ さつま芋コロケ ブロッコリーの煮物 ほうれん草スープ	精白米・さつま芋・豚ひき肉(赤身) ブロッコリー・ほうれん草 パン粉・サラダ油 かつおだし・醤油・片栗粉
11 ・ 25 (木)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ 豆腐ときゅうりのくず煮	精白米・人参・玉葱 豆腐・きゅうり	きな粉がゆ かれいとチンゲン菜の煮物 かぶの煮物 人参スープ	精白米・きな粉・かれい チンゲン菜・かぶ・人参 かつおだし・醤油・片栗粉	きな粉がゆ かれいとチンゲン菜の煮物 かぶの煮物 人参スープ	精白米・きな粉・かれい チンゲン菜・かぶ・人参 かつおだし・醤油・片栗粉
12 ・ 26 (金)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ しらすと白菜のトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 しらす・白菜	パンがゆ 大豆ときゅうりの味噌煮 じゃが芋の煮物 いんげんスープ	食パン・粉ミルク・大豆・きゅうり じゃが芋・いんげん 味噌 かつおだし・醤油・片栗粉	食パン 大豆ときゅうりの味噌煮 じゃが芋の煮物 いんげんスープ	食パン・大豆・きゅうり じゃが芋・いんげん 味噌 かつおだし・醤油・片栗粉
13 ・ 27 (土)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ ・ 麩とチンゲン菜のトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 麩・チンゲン菜	おかゆ 麩と小松菜の煮物 さつま芋の煮物 えのきスープ	精白米・麩・小松菜・さつま芋 えのき かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ 麩と小松菜の煮物 さつま芋の煮物 えのきスープ	精白米・麩・小松菜・さつま芋 えのき かつおだし・醤油・片栗粉

* 後期食の後半は、主食のおかゆが軟飯になり、主菜のあんかけが無くなります。

* 材料の都合により、メニューに変更があることをご了承ください。 <献立作成者>久保田