

# 9月の予定献立表

離乳食（初期）

作成栄養士 仲田栄子

令和2年9月

日	曜日	献立名	おやつ	血や肉、骨をつくる（あか）	力や熱となる（きいろ）	体の調子をととのえる（みどり）	その他
1	火	つぶしかゆ 人参のトトロ煮			精白米	にんじん たまねぎ	
2	水	つぶしかゆ ポテトペースト			精白米 ジャがいも	にんじん	
3	木	つぶしかゆ カボチャペースト			精白米	にんじん かぼちゃ	
4	金	つぶしかゆ マッシュポテト			精白米 ジャがいも	にんじん	
5	土	つぶしかゆ ブロッコリーのトトロ煮			精白米	ブロッコリー たまねぎ	
7	月	つぶしかゆ 冬瓜のトトロ煮			精白米	とうがん にんじん	
8	火	つぶしかゆ ポテトトトロ煮			精白米 ジャがいも	にんじん	
9	水	つぶしかゆ トマトトトロ煮			精白米	トマト たまねぎ	
10	木	つぶしかゆ キャベツペースト			精白米	にんじん キャベツ	
11	金	つぶしかゆ きゅうりトトロ煮			精白米 かたくり粉	きゅうり	
12	土	つぶしかゆ 青菜と玉ねぎペースト			精白米	こまつな たまねぎ	
14	月	つぶしかゆ 南瓜のトトロ煮			精白米	かぼちゃ 大根	
15	火	つぶしかゆ ブロッコリーペースト			精白米	ブロッコリー にんじん	
16	水	つぶしかゆ トマトペースト			精白米	トマト にんじん	
17	木	つぶしかゆ 青菜のペースト			精白米	こまつな たまねぎ	
18	金	つぶしかゆ 冬瓜ペースト			精白米	とうがん にんじん	
19	土	つぶしかゆ 人参ペースト			精白米	にんじん たまねぎ	
21	月	敬老の日（休園）					
22	火	秋分の日（休園）					
23	水	つぶしかゆ にんじんペースト			精白米	にんじん りんご	
24	木	つぶしかゆ キャベツトトロ煮			精白米	キャベツ にんじん	
25	金	つぶしかゆ 冬瓜トトロ煮			精白米	とうがん にんじん	
26	土	つぶしかゆ にんじんペースト			精白米	にんじん 白菜	
28	月	つぶしかゆ 人参ペースト			精白米	にんじん たまねぎ	
29	火	つぶしかゆ にんじんペースト			精白米	にんじん たまねぎ	
30	水	つぶしかゆ トマトペースト			精白米	トマト たまねぎ	

材料などの都合により、献立を変更する場合があります。

※6日、13日、20日、27日は日曜日でお休みです