



# 9月の献立表

	10時おやつ	献立名	材料名			3時のおやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 (火)	麦茶 ハイハイン	豆腐のそぼろ煮 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・豆腐・みそ	豚挽肉	玉葱・人参・キャベツ もやし・わかめ	麦茶 かぼちゃクッキー
2 (水)	麦茶 バナナ	鶏肉の照り焼き 南瓜の煮物 すまし汁 おかゆ	米・豆腐・みそ	鶏肉	南瓜・もやし・きゅうり わかめ	麦茶 さつまいも
3 (木)	麦茶 ウエハース	ベビーハヤシ 温野菜 おかゆ	米	豚肉	玉葱・人参・大根 きゅうり	麦茶 蒸しパン
4 (金)	麦茶 お野菜ボーロ	食パン バナナ 野菜スープ	食パン・じゃが芋	鶏肉	玉葱・人参・バナナ	麦茶 バナナ
5 (金)	麦茶 鉄入りビスケット	豚肉の煮物 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・みそ	豚肉	玉葱・人参・もやし キャベツ・小松菜・大根	麦茶 蒸しパン
6 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ きゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	
8 (月)	麦茶 ボーロ	煮込みうどん ポテトサラダ バナナ	ゆでうどん・じゃが芋	鶏ささ身	キャベツ・きゅうり・トマト 玉葱・バナナ	麦茶 ゼリー
9 (火)	麦茶 お野菜せんべい	キャロットがゆ 鶏肉の煮物 スープ	米・ふ	鶏肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり・もやし	麦茶 鉄入りビスケット
10 (水)	麦茶 マンナ	豆腐の煮物 温野菜 スープ おかゆ	米・豆腐	豚肉	玉葱・人参・大根 きゅうり・わかめ	麦茶 蒸しかぼちゃ
11 (木)	麦茶 やきいもクッキー	豚肉のみそ煮 温野菜 スープ おかゆ	米・みそ・豆腐	豚肉	キャベツ・玉葱・人参 もやし・きゅうり	麦茶 お野菜ボーロ
12 (金)	麦茶 ミニゼリー	納豆 じゃが芋の煮物 みそ汁 おかゆ	米・じゃが芋・納豆・みそ	豚挽肉	玉葱・人参・もやし きゅうり・大根・わかめ	麦茶 蒸しパン
13 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ きゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	



# 9月の献立表

	10時おやつ	献立名	材料名			3時のおやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
16 (火)	麦茶 ウエハース	食パン じゃが芋 トマトスープ	食パン・じゃが芋	鶏肉	玉葱・人参・キャベツ もやし	麦茶 おかがかゆ
17 (水)	麦茶 かぼちゃクッキー	炒り豆腐 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・豆腐・みそ	鶏挽肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり・もやし	麦茶 小魚せんべい
18 (木)	麦茶 お野菜せんべい	煮込みうどん 南瓜そぼろ煮 ミニゼリー	ゆでうどん	鶏挽肉	南瓜・玉葱・人参 わかめ・ミニゼリー	麦茶 パン
19 (金)	麦茶 ボーロ	松風焼き ポテトサラダ みそ汁 おかゆ	米・じゃが芋・みそ	鶏挽肉	玉葱・人参・きゅうり もやし・わかめ	麦茶 やきいもクッキー
20 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ きゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	
22 (月)	麦茶 お野菜せんべい	そぼろがゆ 南瓜サラダ スープ	米・豆腐	鶏挽肉	ほうれん草・もやし・人参 南瓜・きゅうり・玉葱	麦茶 ふかしいも
24 (水)	麦茶 鉄入りビスケット	鶏肉の煮物 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・みそ	鶏肉	玉葱・人参・キャベツ もやし・きゅうり・大根	麦茶 お野菜せんべい
25 (木)	麦茶 かぼちゃクッキー	食パン 鶏肉の照り焼き スープ	食パン・マカロニ	鶏肉	もやし・人参・玉葱 わかめ	麦茶 バナナ
26 (金)	麦茶 マンナ	煮込みハンバーグ 温野菜 スープ おかゆ	米	豚挽肉	玉葱・人参・もやし キャベツ・わかめ・きゅうり	麦茶 小魚せんべい
27 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ きゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	
29 (月)	麦茶 ボーロ	じゃが芋そぼろ煮 温野菜 スープ おかゆ	米・じゃが芋・豆腐	豚挽肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり・わかめ	麦茶 お野菜ボーロ
30 (火)	麦茶 バナナ	煮込みうどん 納豆和え ふかし芋	ゆでうどん・じゃが芋 納豆	しらす	玉葱・人参・きゅうり	麦茶 ゼリー



