

2025年9月

予定献立表・離乳食

ハッピーチャイルド保育園

目次月		初期 5・6カ月頃	中期 7・8カ月頃	後期 9～11カ月頃	完了期 12～18カ月頃	目次月		初期 5・6カ月頃	中期 7・8カ月頃	後期 9～11カ月頃	完了期 12～18カ月頃
月	1	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 大根のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 大根・人参・片栗粉 ほうれん草	おかゆ ポテトのトマト煮 大根のうすくず煮 スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 大根・人参・片栗粉 ほうれん草・味噌	水	17	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 大根のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 大根・人参・片栗粉 ほうれん草	おかゆ ポテトのトマト煮 大根のうすくず煮 スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 大根・人参・片栗粉 ほうれん草・味噌
		おやつ ミルク		さけ雑炊 ミルク	米・さけフレーク			おやつ ミルク		さけおにぎり 牛乳	米・さけフレーク
火	2	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 南豆の煮つぶし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 大根・人参・片栗粉 南豆・白菜	おかゆ お鮎と鶏肉の煮物 南豆のやわらか煮 スープ ミルク	米・お鮎・鶏肉・玉ねぎ 人参・いんげん・片栗粉 南豆・大根・白菜・味噌	木	18	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 南豆の煮つぶし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 大根・人参・片栗粉 南豆・白菜	おかゆ お鮎と鶏肉の煮物 南豆のやわらか煮 スープ ミルク	米・お鮎・鶏肉・玉ねぎ 人参・いんげん・片栗粉 南豆・大根・白菜・味噌
		おやつ ミルク		ホットケーキ ミルク	米・ホットケーキミックス 豆乳・マーガリン			おやつ ミルク		ホットケーキ ミルク	米・ホットケーキミックス 豆乳・マーガリン
水	3	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉 南豆	おかゆ 白身魚の煮付け 人参のすりなごし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉・ツナ缶 片栗粉・南豆・味噌	金	19	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉 南豆	おかゆ 白身魚の煮付け 人参のすりなごし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉・ツナ缶 片栗粉・南豆・味噌
		おやつ ミルク		ミルク				おやつ ミルク		ミルク	
木	4	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉 さやえび	おかゆ さつま芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米・さつま芋・鶏肉 玉ねぎ・人参・片栗粉 さやえび・人参・片栗粉 さやえび	土	20	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉 さやえび	おかゆ さつま芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米・さつま芋・鶏肉 玉ねぎ・人参・片栗粉 さやえび・人参・片栗粉 さやえび
		おやつ ミルク		ミルク				おやつ ミルク		ミルク	
金	5	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉 さやえび	おかゆ 白身魚の煮付け 人参のすりなごし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉・ツナ缶 片栗粉・南豆・味噌	月	22	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉 さやえび	おかゆ 白身魚の煮付け 人参のすりなごし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉・ツナ缶 片栗粉・南豆・味噌
		おやつ ミルク		ミルク				おやつ ミルク		ミルク	
土	6	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉 さやえび	おかゆ 白身魚の煮付け 人参のすりなごし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉・ツナ缶 片栗粉・南豆・味噌	火	23	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉 さやえび	おかゆ 白身魚の煮付け 人参のすりなごし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉・ツナ缶 片栗粉・南豆・味噌
		おやつ ミルク		ミルク				おやつ ミルク		ミルク	
月	8	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉 さやえび	おかゆ 白身魚の煮付け 人参のすりなごし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉・ツナ缶 片栗粉・南豆・味噌	水	24	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉 さやえび	おかゆ 白身魚の煮付け 人参のすりなごし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉・ツナ缶 片栗粉・南豆・味噌
		おやつ ミルク		ミルク				おやつ ミルク		ミルク	
火	9	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉 さやえび	おかゆ 白身魚の煮付け 人参のすりなごし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉・ツナ缶 片栗粉・南豆・味噌	木	25	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉 さやえび	おかゆ 白身魚の煮付け 人参のすりなごし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉・ツナ缶 片栗粉・南豆・味噌
		おやつ ミルク		ミルク				おやつ ミルク		ミルク	
水	10	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉 さやえび	おかゆ 白身魚の煮付け 人参のすりなごし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉・ツナ缶 片栗粉・南豆・味噌	金	26	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉 さやえび	おかゆ 白身魚の煮付け 人参のすりなごし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉・ツナ缶 片栗粉・南豆・味噌
		おやつ ミルク		ミルク				おやつ ミルク		ミルク	
木	11	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉 さやえび	おかゆ 白身魚の煮付け 人参のすりなごし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉・ツナ缶 片栗粉・南豆・味噌	土	27	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉 さやえび	おかゆ 白身魚の煮付け 人参のすりなごし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉・ツナ缶 片栗粉・南豆・味噌
		おやつ ミルク		ミルク				おやつ ミルク		ミルク	
金	12	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉 さやえび	おかゆ 白身魚の煮付け 人参のすりなごし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉・ツナ缶 片栗粉・南豆・味噌	月	29	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉 さやえび	おかゆ 白身魚の煮付け 人参のすりなごし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉・ツナ缶 片栗粉・南豆・味噌
		おやつ ミルク		ミルク				おやつ ミルク		ミルク	
土	13	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉 さやえび	おかゆ 白身魚の煮付け 人参のすりなごし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉・ツナ缶 片栗粉・南豆・味噌	火	30	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉 さやえび	おかゆ 白身魚の煮付け 人参のすりなごし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉・ツナ缶 片栗粉・南豆・味噌
		おやつ ミルク		ミルク				おやつ ミルク		ミルク	
月	15	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉 さやえび	おかゆ 白身魚の煮付け 人参のすりなごし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉・ツナ缶 片栗粉・南豆・味噌	火	16	屋 食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりなごし スープ ミルク	米 じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉 さやえび	おかゆ 白身魚の煮付け 人参のすりなごし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 人参・片栗粉・ツナ缶 片栗粉・南豆・味噌
		おやつ ミルク		ミルク				おやつ ミルク		ミルク	



非常食の準備

9月1日は防災の日です。非常食には、水・米（アルファ米）・パン・缶詰・ビスケット・チョコレートなどがあげられます。非常食としての備えも大切ですが、子どもが日常的に食べ慣れているお菓子なども賞味期限近くと買い置きをしておくと、おき置きし、災害時にも、子どもは環境の変化により精神的に不安定になるため、食べ慣れない非常食では身を滅ぼすことが難しいことも。食べ慣れたお菓子で心を癒し、命を救いましょう。

株式会社 セプト