

9月離乳食献立(離乳中期 7～8ヶ月頃)

2026年度 睦町保育園

2026年度 睦町保育園

	昼食(10:30～11:30ぐらい)	おやつ(14:30～15:30ぐらい)
1(火)	【防災の日】野菜おじや(米・大根・人参・玉葱・ほうれん草・食塩無添加ツナ・醤油) みそ汁(ワカメ・みそ)	海苔入りみそおじや (米・大根・人参・玉葱・海苔・みそ)
2(水)	5倍粥 みそ汁(大根・みそ) 人参スティック(人参・醤油) 豆腐の野菜あんかけ(絹豆腐・玉葱・南瓜・茄子・醤油・片栗粉)	ほうれん草入り洋風おじや (米・大根・人参・玉葱・ほうれん草・牛乳)
3(木)	5倍粥 みそ汁(ワカメ・みそ) 南瓜スティック(南瓜) ツナと野菜のうすくず煮(食塩無添加ツナ・人参・大根・玉葱・キャベツ・醤油・片栗粉)	ワカメ入りおじや (米・大根・人参・玉葱・ワカメ・醤油)
4(金)	5倍粥 すまし汁(小松菜・醤油・塩) じゃが芋スティック(じゃが芋・塩) ささみと野菜のうすくず煮【みそ風味】(ささみ・人参・大根・玉葱・いんげん・みそ・片栗粉)	ピーマン入りおじや (米・大根・人参・玉葱・ピーマン・醤油)
7(月)	5倍粥 みそ汁(キャベツ・みそ) 大根スティック(大根・醤油) ささみと野菜のミルク煮(ささみ・人参・じゃが芋・玉葱・いんげん・牛乳・片栗粉)	海苔入りおじや (米・大根・人参・玉葱・海苔・醤油)
8(火)	5倍粥 スープ(ワカメ・醤油・塩) レバーパンパキン(鶏レバー・南瓜) ツナと野菜のうすくず煮(食塩無添加ツナ・人参・大根・玉葱・いんげん・醤油・片栗粉)	ほうれん草入り洋風おじや (米・大根・人参・玉葱・ほうれん草・牛乳)
9(水)	5倍粥 みそ汁(大根・みそ) さつま芋スティック(さつま芋) 鮭と野菜のうすくず煮(鮭・玉葱・人参・茄子・ほうれん草・醤油・片栗粉)	ピーマン入りみそおじや (米・大根・人参・玉葱・ピーマン・みそ)
10(木)	5倍粥 みそ汁(豆腐・みそ) 人参スティック(人参・醤油) 豆腐の野菜あんかけ(絹豆腐・玉葱・南瓜・大根・ピーマン・醤油・片栗粉)	ツナ入りおじや (米・大根・人参・玉葱・食塩無添加ツナ・醤油)
11(金)	5倍粥 スープ(茄子・醤油・塩) じゃが芋スティック(じゃが芋・塩) 鶏肉団子と野菜のうすくず煮【みそ風味】(鶏挽肉・塩麴・大根・人参・玉葱・キャベツ・みそ・片栗粉)	南瓜入りおじや (米・人参・玉葱・南瓜・大根・醤油)
14(月)	5倍粥 スープ(チンゲン菜・醤油・塩) 茄子の含め煮(茄子・醤油) 鶏肉団子と野菜のうすくず煮(鶏挽肉・玉葱・塩麴・大根・人参・ピーマン・醤油・片栗粉)	枝豆入りおじや (米・大根・人参・玉葱・枝豆・醤油)
15(火)	5倍粥 すまし汁(豆腐・醤油・塩) 人参スティック(人参・醤油) 鮭と野菜のうすくず煮【みそ風味】(鮭・大根・じゃが芋・玉葱・いんげん・みそ・片栗粉)	南瓜入り洋風おじや (米・人参・玉葱・南瓜・大根・牛乳)
16(水)	5倍粥 みそ汁(小松菜・みそ) 南瓜スティック(南瓜) ささみと野菜のうすくず煮(ささみ・人参・大根・玉葱・ピーマン・醤油・片栗粉)	海苔入りおじや (米・大根・人参・玉葱・海苔・醤油)
17(木)	5倍粥 スープ(ほうれん草・醤油・塩) じゃが芋スティック(じゃが芋・醤油) ツナと野菜のミルク煮(食塩無添加ツナ・人参・大根・玉葱・枝豆・塩・牛乳・片栗粉)	いんげん入りおじや (米・大根・人参・玉葱・いんげん・醤油)
18(金)	5倍粥 みそ汁(小松菜・みそ) レバースイートポテト(鶏レバー・さつま芋) 豆腐の野菜あんかけ(絹豆腐・玉葱・大根・人参・いんげん・醤油・片栗粉)	ピーマン入りみそおじや (米・大根・人参・玉葱・ピーマン・みそ)
21(月)	敬老の日	
22(火)	国民の休日	
23(水)	秋分の日	
24(木)	5倍粥 みそ汁(茄子・みそ) じゃが芋スティック(じゃが芋・醤油) ささみと野菜のうすくず煮(ささみ・大根・人参・玉葱・ピーマン・醤油・片栗粉)	さつま芋入り洋風おじや (米・人参・玉葱・さつま芋・大根・牛乳)
25(金)	5倍粥 みそ汁(大根・みそ) 南瓜スティック(南瓜) 豆腐の野菜あんかけ(絹豆腐・茄子・人参・玉葱・キャベツ・醤油・片栗粉)	小松菜入りおじや (米・大根・人参・玉葱・小松菜・醤油)
28(月)	5倍粥 スープ(チンゲン菜・醤油・塩) 人参スティック(人参・醤油) 鶏肉団子と野菜のうすくず煮(鶏挽肉・塩麴・大根・南瓜・玉葱・キャベツ・醤油・片栗粉)	茄子入りみそおじや (米・人参・玉葱・茄子・大根・みそ)
29(火)	5倍粥 すまし汁(小松菜・醤油・塩) 南瓜スティック(南瓜) 鮭と野菜のうすくず煮【みそ風味】(鮭・大根・人参・玉葱・いんげん・みそ・片栗粉)	海苔入りおじや (米・大根・人参・玉葱・海苔・醤油)
30(水)	5倍粥 スープ(チンゲン菜・醤油・塩) レバーポテト(鶏レバー・じゃが芋・塩) 豆腐の野菜あんかけ(絹豆腐・大根・人参・玉葱・ピーマン・醤油・片栗粉)	トマト入りおじや (米・大根・人参・玉葱・トマト・醤油)

※調味料類は昼食・おやつを含めて以下のものを使用しています。

醤油・塩・塩麴・片栗粉・みそ・加熱牛乳・だし汁(かつお節)

※献立は都合により変更することがあります。

9月離乳食献立(離乳後期 9～11ヶ月頃)

2026年度 睦町保育園

2026年度 睦町保育園

	昼食(10:30～11:30ぐらい)	おやつ(14:30～15:30ぐらい)
1(火)	【防災の日】野菜おじや(米・大根・人参・玉葱・ほうれん草・食塩無添加ツナ・醤油) みそ汁(ワカメ・みそ)	海苔入りみそおじや (米・大根・人参・玉葱・海苔・みそ)
2(水)	軟飯 みそ汁(大根・みそ) 人参スティック(人参・醤油) 豆腐と野菜の煮物(木綿豆腐・玉葱・南瓜・茄子・醤油)	ほうれん草入り洋風おじや (米・大根・人参・玉葱・ほうれん草・牛乳・チーズ)
3(木)	軟飯 みそ汁(ワカメ・みそ) 南瓜スティック(南瓜) ツナと野菜の煮物(食塩無添加ツナ・人参・大根・玉葱・キャベツ・醤油)	ワカメ入りおじや (米・大根・人参・玉葱・ワカメ・醤油)
4(金)	軟飯 すまし汁(小松菜・醤油・塩) じゃが芋スティック(じゃが芋・塩) ささみと野菜のみそ煮(ささみ・人参・大根・玉葱・いんげん・みそ)	ピーマン入りおじや (米・大根・人参・玉葱・ピーマン・醤油)
7(月)	軟飯 みそ汁(キャベツ・みそ) 大根スティック(大根・醤油) ささみと野菜のミルク煮(ささみ・人参・じゃが芋・玉葱・いんげん・牛乳)	海苔入りおじや (米・大根・人参・玉葱・海苔・醤油)
8(火)	軟飯 スープ(ワカメ・醤油・塩) レバー・パンプキン(鶏レバー・南瓜) ツナと野菜の煮物(食塩無添加ツナ・人参・大根・玉葱・いんげん・醤油)	ほうれん草入り洋風おじや (米・大根・人参・玉葱・ほうれん草・牛乳・チーズ)
9(水)	軟飯 みそ汁(大根・みそ) さつま芋スティック(さつま芋) 鮭と野菜の煮物(鮭・玉葱・人参・茄子・ほうれん草・醤油)	ピーマン入りみそおじや (米・大根・人参・玉葱・ピーマン・みそ)
10(木)	軟飯 みそ汁(豆腐・みそ) 人参スティック(人参・醤油) 豆腐と野菜の煮物(木綿豆腐・玉葱・南瓜・大根・ピーマン・醤油)	ツナ入りおじや (米・大根・人参・玉葱・食塩無添加ツナ・醤油)
11(金)	軟飯 スープ(茄子・醤油・塩) じゃが芋スティック(じゃが芋・塩) 鶏肉団子と野菜のみそ煮(鶏挽肉・塩麹・片栗粉・大根・人参・玉葱・キャベツ・みそ)	南瓜入りおじや (米・人参・玉葱・南瓜・大根・醤油)
14(月)	軟飯 スープ(チンゲン菜・醤油・塩) 茄子の含め煮(茄子・醤油) 肉団子と野菜の煮物(豚挽肉・玉葱・塩麹・片栗粉・大根・人参・ピーマン・醤油)	枝豆入りおじや (米・大根・人参・玉葱・枝豆・醤油)
15(火)	軟飯 すまし汁(豆腐・醤油・塩) 人参スティック(人参・醤油) 鱈と野菜のみそ煮(鱈・大根・じゃが芋・玉葱・いんげん・みそ)	南瓜入り洋風おじや (米・人参・玉葱・南瓜・大根・牛乳・チーズ)
16(水)	軟飯 みそ汁(小松菜・みそ) 南瓜スティック(南瓜) ささみと野菜の煮物(ささみ・人参・大根・玉葱・ピーマン・醤油)	海苔入りおじや (米・大根・人参・玉葱・海苔・醤油)
17(木)	軟飯 スープ(ほうれん草・醤油・塩) じゃが芋スティック(じゃが芋・醤油) ツナと野菜のミルク煮(食塩無添加ツナ・人参・大根・玉葱・枝豆・塩・牛乳)	いんげん入りおじや (米・大根・人参・玉葱・いんげん・醤油)
18(金)	軟飯 みそ汁(小松菜・みそ) レバー・スイートポテト(鶏レバー・さつま芋) 豆腐と野菜の煮物(木綿豆腐・玉葱・大根・人参・いんげん・醤油)	ピーマン入りみそおじや (米・大根・人参・玉葱・ピーマン・みそ)
21(月)	敬老の日	
22(火)	国民の休日	
23(水)	秋分の日	
24(木)	軟飯 みそ汁(茄子・みそ) じゃが芋スティック(じゃが芋・醤油) ささみと野菜の煮物(ささみ・大根・人参・玉葱・ピーマン・醤油)	さつま芋入り洋風おじや (米・人参・玉葱・さつま芋・大根・牛乳・チーズ)
25(金)	軟飯 みそ汁(大根・みそ) 南瓜スティック(南瓜) 豆腐と野菜の煮物(木綿豆腐・茄子・人参・玉葱・キャベツ・醤油)	小松菜入りおじや (米・大根・人参・玉葱・小松菜・醤油)
28(月)	軟飯 スープ(チンゲン菜・醤油・塩) 人参スティック(人参・醤油) 肉団子と野菜の煮物(豚挽肉・塩麹・片栗粉・大根・南瓜・玉葱・キャベツ・醤油)	茄子入りみそおじや (米・人参・玉葱・茄子・大根・みそ)
29(火)	軟飯 すまし汁(小松菜・醤油・塩) 南瓜スティック(南瓜) 鮭と野菜の煮物(鮭・大根・人参・玉葱・いんげん・みそ)	海苔入りおじや (米・大根・人参・玉葱・海苔・醤油)
30(水)	軟飯 スープ(チンゲン菜・醤油・塩) レバー・ポテト(鶏レバー・じゃが芋・塩) 豆腐と野菜の煮物(木綿豆腐・大根・人参・玉葱・ピーマン・醤油)	トマト入りおじや (米・大根・人参・玉葱・トマト・醤油)

※調味料類は昼食・おやつを含めて以下のものを使用しています。

醤油・塩・塩麹・片栗粉・みそ・加熱牛乳・だし汁(かつお節)・だし汁(鯖かつお節)・鶏がらスープの素

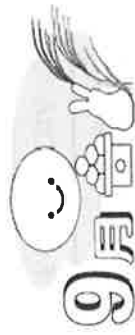
※献立は都合により変更することがあります。



9月

給食献立表 完了食 2026年度 睦町保育園

日曜日	献立名	主食	食材名	手作り	3時のおやつ	食材名
1 (火)	【防災の日】ゆかりおにぎり 貝だくさんみそ汁 フルーツミックス	ごはん	α化米 ゆかりふりかけ 鰯かつお節 鰯干し 豚肉 みそ かつ 切干大根 高野豆腐 人参 玉葱 ほうれん草 大根 桃缶 バイ缶 みかん缶	★	牛乳 わかめおにぎり	牛乳 米 わかめふりかけ 紅花油
2 (水)	鶏つくね 南瓜サラダ みそ汁	ごはん	米 鶏肉 塩麹 玉葱 片栗粉 南瓜 胡瓜 人参 レーズン 紅花油 塩 酢 鰯かつお節 鰯干し みそ 大根 もやし	★	牛乳 ツナおにぎり	牛乳 米 ツ 醤油 みりん 紅花油
3 (木)	サーモンスキムローフ 野菜のごま和え みそ汁	ごはん	米 鮭缶 玉葱 人参 米パン粉 しょうゆ 鰯かつお節 鰯干し みそ しめじ かつ 切干大根	★	牛乳 フライドポテト	牛乳 じゃが芋 菜種油 塩
4 (金)	ハンバーグ【ごまみそ味】 切干大根の炒め煮 すまし汁	ごはん	米 豚肉 玉葱 生姜 しょうゆ 酒 みそ 砂糖 ごま ごま油 塩麹 米パン粉 切干大根 人参 いんげん 醤油 菜種油 鰯かつお節 鰯干し 塩 小松菜	★	牛乳 米粉マカロニあべかわ	牛乳 米粉マカロニ きな粉 塩 砂糖
5 (土)	夏野菜カレー フルーツ（バナナ）	ごはん	米 鶏肉 玉葱 しょうゆ 片栗粉 鶏肉 人参 玉葱 しょうゆ 片栗粉 鶏肉 人参 玉葱 しょうゆ 切干大根		牛乳 米粉パン	牛乳 米粉パン
7 (月)	鶏つくねのトマト煮 ひじきの炒め煮 みそ汁	ごはん	米 鶏肉 玉葱 塩麹 砂糖 片栗粉 酒 塩 茄子 かつお節 中濃ソース 酢 ひじき 人参 いんげん 菜種油 醤油 鰯干し みそ かつ	★	牛乳 わかめおにぎり	牛乳 米 わかめふりかけ 紅花油
8 (火)	レバー入りハンバーグ スパゲティサラダ 小松菜としめじのスープ	ごはん	米 豚肉 鶏がら 人参 胡瓜 卵・乳不使用マヨネーズ 小松菜 しめじ 鶏がらスープの素		牛乳 フルーツ（バナナ） せんべい	牛乳 バナ せんべい
9 (水)	煮魚 鶏肉と大豆の揚げ煮 みそ汁	ごはん	米 魚 醤油 砂糖 みりん 鶏肉 生姜 大豆 人参 さつま芋 ほうれん草 酒 菜種油 片栗粉 鰯干し 鰯かつお節 みそ 大根 えのき	★	牛乳 人参もち	牛乳 人参 豆乳 紅花油 砂糖
10 (木)	ハンバーグ【生姜醤油】 ピーマンソテー みそ汁	ごはん	米 豚肉 玉葱 塩麹 米パン粉 生姜 醤油 みりん 人参 ピーマン しめじ 鶏がらスープの素 塩 鰯干し みそ 豆腐 切干大根	★	牛乳 いちごジャムサンド	牛乳 米粉パン いちごジャム
11 (金)	ミートローフ 野菜のゆかり和え チンゲン菜のスープ	ごはん	米 豚肉 鶏肉 玉葱 人参 高野豆腐 牛乳 しょうゆ バター チーズ 塩麹 かつお節 中濃ソース 醤油 かつお節 鶏がらスープの素	★	牛乳 ふかし芋（さつま芋）	牛乳 さつま芋
12 (土)	ミートソーススパゲティ（小麦） フルーツ（すいか）	スパゲティ	パスタ 豚肉 玉葱 人参 かつお節 中濃ソース 砂糖 菜種油 片栗粉 フルーツ（すいか）		牛乳 米粉パン	牛乳 米粉パン
14 (月)	カルシウムアップドライカレー 大根ナムル スープ	ごはん	米 豚肉 高野豆腐 しょうゆ 生姜 かつお節 鶏がらスープの素 かつおソース かつお節 砂糖 玉葱 ピーマン 人参 しょうゆ 菜種油 米粉 大根 胡瓜 醤油	★	牛乳 米粉カップケーキ	牛乳 米粉 片栗粉 バター 砂糖 米粉
15 (火)	魚の西京焼き れんこん金平 すまし汁	ごはん	米 魚 みそ 砂糖 みりん れんこん 人参 いんげん 醤油 ごま油 鰯かつお節 塩 豆腐 長葱 かつ	★	牛乳 チーズ昆布むすび	牛乳 米 塩昆布 かつお節 チーズ ごま油
16 (水)	鶏つくねの塩麹焼き 南瓜サラダ みそ汁	ごはん	米 鶏肉 塩麹 玉葱 片栗粉 南瓜 人参 胡瓜 レーズン 紅花油 塩 酢 鰯かつお節 鰯干し みそ 大根 もやし	★	牛乳 ゆかりおにぎり	牛乳 米 ゆかりふりかけ 紅花油
17 (木)	チキンスキムローフ 野菜のごま和え わかめスープ	ごはん	米 鶏肉 玉葱 人参 みそ しょうゆ 鶏がらスープの素 砂糖 醤油 ごま かつ しめじ ほうれん草 かつ	★	牛乳 揚げりんごパイ	牛乳 米粉餃子の皮 りんご 砂糖
18 (金)	ハンバーグ【ごまみそ味】 切干大根の炒め煮 すまし汁	ごはん	米 豚肉 玉葱 生姜 しょうゆ 酒 みそ 砂糖 ごま 塩麹 豆乳 米パン粉 茄子 切干大根 人参 いんげん 醤油 菜種油 鰯かつお節 塩 小松菜 とうろろ昆布	★	【十五夜】 牛乳 さつま芋饅頭	牛乳 米粉ホッペギミツ さつま芋 砂糖 豆乳（かり）
19 (土)	チャーハン風ごはん コーンスープ	ごはん	米 人参 玉葱 焼豚 鶏がらスープの素 塩 長葱 ごま油 醤油 かつ 菜 もやし		牛乳 米粉パン	牛乳 米粉パン



給食献立表 完了食 2026年度 睦町保育園

日曜日	献立名	主食	食材名	手作り	3時のおやつ	食材名
21 (月)	敬老の日					
22 (火)	国民の休日					
23 (水)	秋分の日					
24 (木)	鶏つくねの柔らか照り煮 ピーマンソテー みそ汁	ごはん	米 鶏肉 塩麹 玉葱 砂糖 酒 塩 片栗粉 醤油 みりん 酢 ビーフ 人参 ビーマン しめじ 鶏がらスープの素 塩 煮干し 鯖かつお節 みそ 切干大根 小松菜	★	牛乳 ふかし芋 (さつま芋)	牛乳 さつま芋
25 (金)	おからハンバーグ 野菜のゆかり和え みそ汁	ごはん	米 豚肉 塩麹 おから 玉葱 米パン粉 かつお節 中濃ソース キムチ 人参 ゆかりふりかけ 煮干し 鯖かつお節 みそ 大根 えのき	★	【お彼岸】 牛乳 手作りおはぎ	牛乳 米 餅米 きな粉 砂糖 塩
26 (土)	肉みそうどん (小麦) フルーツ (バナナ)	うどん	うどん 豚肉 玉葱 人参 砂糖 みりん 醤油 みそ 片栗粉 フルーツ (バナナ)		牛乳 米粉パン	牛乳 米粉パン
28 (月)	ミートローフ ひじきの炒め煮 チンゲン菜としめじのスープ	ごはん	米 豚肉 鶏肉 玉葱 人参 高野豆腐 牛乳 スライスした パターチーズ 塩麹 かつお節 中濃ソース 醤油 ひじき いんげん 砂糖 菜種油 かつお菜 しめじ 鶏がらスープの素	★	牛乳 ポテトおやき	牛乳 じゃが芋 片栗粉 豆乳マヨネーズ
29 (火)	魚のごまみそ焼き 五目豆 すまし汁	ごはん	米 魚 みそ 酒 砂糖 ごま 大豆 人参 昆布 しめじ いんげん 菜種油 鯖かつお節 醤油 塩 長葱 小松菜	★	牛乳 きのごはんおにぎり	牛乳 米 しめじ えのき 舞茸 醤油 酒 昆布茶 紅花油
30 (水)	チキンカレー 春雨サラダ スープ	ごはん	米 鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 かつお節 鶏がらスープの素 フルーツ 鶏がらスープの素	★	牛乳 りんごジャムサンド	牛乳 米粉パン りんごジャム

♪献立は都合により変更することがあります。♪魚は魚屋さんで相談して旬の魚を提供します。

♪延長のおやつはおにぎりが出ます。(わかめ、炊き込みご飯など日替わりです)

♪9月のフルーツは、バナナ・りんご・梨のいずれかの提供になります。

♪献立と食品名を確認して、まだ食べだことのない食品はご家庭でお試しください。