

2023年

10月

離乳食献立

日付	完了期	後期	中期	初期
2 月	麦茶 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	カレーライス 牛乳 ツナサラダ バイン	5倍粥 柔らかか肉じゃが キャベツと人参和え ほうれん草のスープ	7倍粥 柔らかか肉じゃが キャベツと人参煮 ほうれん草のスープ	10倍粥 人参煮 じゃがいもとほうれん草煮
	麦茶 豆花	きな粉ヨーグルト 野菜リング	きな粉ヨーグルト 野菜リング	
3 火	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	鮭の西京焼き ごはん けんちん汁 ポテトサラダ バナナ	5倍粥 カレイ煮 マッシュポテト バナナ 野菜のすまし汁	7倍粥 カレイ煮 じゃがいも煮 バナナ 野菜のすまし汁	10倍粥 カレイ煮 大根と人参煮
	牛乳 ひとロパン	ひとロパン	パン粥	
4 水	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	鶏ひき肉と人参煮 ごはん ひじきの白和え もも ほうれん草ともやしのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と人参煮 ブロッコリーの白和え ほうれん草ともやしのみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と人参煮 ブロッコリーの白和え ほうれん草のみそ汁	10倍粥 人参煮 ブロッコリーの白和え
	牛乳 マカロニきな粉	マカロニきな粉	マカロニのミルク煮	
5 木	牛乳 クリームサンドビスケット	ビスケット	おせんべい	
	豚丼 わかめとえのきのみそ汁 根菜のほっこり煮 みかん	鶏ひき肉と野菜粥 野菜煮 玉ねぎのみそ汁	鶏ひき肉と野菜粥 野菜煮 玉ねぎのみそ汁	10倍粥 かぼちゃ煮 ブロッコリーと大根煮
	牛乳 りんごゼリー ウエハース	ヨーグルト ウエハース	ヨーグルト 野菜リング	
6 金	麦茶 野菜リング	野菜リング	野菜リング	
	スープスパゲティー バナナ ブロッコリーとコーンの和え物	スープスパゲティー バナナ ブロッコリーと人参和え	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ブロッコリーと人参煮 玉ねぎのスープ バナナ	10倍粥 ほうれん草煮 かぼちゃと人参和え
	牛乳 おかかおにぎり	野菜おじや	野菜おじや	
7 土	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	豚肉の生姜焼き ごはん 三色ナムル みかん 豆腐と油揚げのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と玉ねぎ煮 三色和え 豆腐のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と玉ねぎ煮 ほうれん草と人参煮 豆腐のみそ汁	10倍粥 人参煮 ほうれん草の白和え
	麦茶 コーンフレーク	マカロニきな粉	マカロニのミルク煮	
10 火	牛乳 野菜リング	野菜リング	野菜リング	
	回鍋肉 ごはん バイン ブロッコリーと人参のごま和え 中華スープ	5倍粥 玉ねぎのスープ 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 ブロッコリーと人参和え	5倍粥 玉ねぎのスープ 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 ブロッコリーと人参煮	10倍粥 かぼちゃ煮 ブロッコリーと人参煮
	牛乳 フルーツポンチ ビスケット	バナナ ビスケット	バナナ おせんべい	
11 水	麦茶 クラッカー	おせんべい	おせんべい	
	デミグラスソースハンバーグ ごはん カミカミサラダ もも キャベツともやしのみそ汁	5倍粥 豆腐ハンバーグ スティックきゅうり・人参 キャベツともやしのみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ かぼちゃ煮 キャベツともやしのみそ汁	10倍粥 ほうれん草煮 ブロッコリーの白和え
	牛乳 ヨーグルトパンケーキ	ヨーグルト 野菜リング	ヨーグルト 野菜リング	
12 木	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	肉豆腐 ごはん スパゲティーサラダ みかん お麩とほうれん草のみそ汁	5倍粥 肉豆腐 スパゲティーサラダ お麩とほうれん草のみそ汁	7倍粥 肉豆腐 ブロッコリーと人参煮 お麩とほうれん草のみそ汁	10倍粥 豆腐煮 ほうれん草と人参煮
	牛乳 じゃがいも煮	じゃがいも煮	じゃがいも煮	
13 金	麦茶 野菜リング	野菜リング	野菜リング	
	鶏肉の青のり焼き ごはん キャベツの納豆和え バナナ 豆腐とわかめのみそ汁	5倍粥 カレイ煮 キャベツと人参和え バナナ 豆腐のみそ汁	7倍粥 カレイ煮 キャベツと人参煮 バナナ 豆腐のみそ汁	10倍粥 カレイ煮 ブロッコリーとかぼちゃ煮
	牛乳 ジャムパン	ひとロパン	パン粥	
14 土	牛乳 クリームサンドビスケット	おせんべい	おせんべい	
	ひき肉チャーハン みかん ブロッコリーとツナのサラダ じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	しらすと野菜粥 ブロッコリーと人参和え じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	しらすと野菜粥 ブロッコリーと人参煮 じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	10倍粥 しらす煮 じゃがいもと人参煮
	牛乳 彩りそうめん	野菜そうめん	野菜そうめん	
16 月	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	ミートソーススパゲティー もも キャベツと人参のごま和え ほうれん草とコーンのスープ	ミートソーススパゲティー キャベツと人参和え ほうれん草のスープ	7倍粥 鶏ひき肉のトマト煮 キャベツと人参和え ほうれん草のスープ	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれん草と人参煮
	牛乳 たぬきおにぎり	野菜おじや	野菜おじや	
17 火	麦茶 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	三色丼 かぼちゃのサラダ キャベツとしめじのみそ汁 バナナ	三色粥 かぼちゃのサラダ キャベツのみそ汁 バナナ	三色粥 かぼちゃ煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 ほうれん草煮 しらすと人参煮
	牛乳 お好み焼き	野菜おやき	野菜煮	

18	水	牛乳 野菜リング	野菜リング	野菜リング	
		タンドリーチキン ごはん ほうれん草の白和え パイン さつまいもと玉ねぎのみそ汁	5倍粥 カレイ煮 ほうれん草の白和え さつまいもと玉ねぎのみそ汁	7倍粥 カレイ煮 ほうれん草の白和え さつまいもと玉ねぎのみそ汁	10倍粥 さつまいも煮 ほうれん草の白和え
		牛乳 お麴ラスク	お麴ラスク	お麴のミルク煮	
19	木	牛乳 クラッカー	ビスケット	おせんべい	
		肉野菜炒め ごはん ブロッコリーと人参のおかか和え みかん お麴とわかめのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ブロッコリーと人参和え お麴のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ブロッコリーと人参煮 お麴のみそ汁	10倍粥 かぼちゃ煮 ブロッコリーと人参煮
		牛乳 ぶどうゼリー 野菜リング	ヨーグルト 野菜リング	ヨーグルト 野菜リング	
20	金	牛乳 クリームサンドビスケット	ビスケット	おせんべい	
		カレイ煮 ごはん コールスローサラダ もも 小松菜ともやしのみそ汁	5倍粥 カレイ煮 キャベツと人参和え 小松菜のみそ汁	7倍粥 カレイ煮 キャベツと人参煮 小松菜のみそ汁	10倍粥 カレイ煮 キャベツと人参煮
		牛乳 りんごパンケーキ	バナナきな粉 おせんべい	バナナきな粉 おせんべい	
21	土	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
		焼きそば キャベツと玉ねぎのスープ ほうれん草と人参のごま和え バナナ	肉野菜うどん バナナ ほうれん草と人参和え キャベツと玉ねぎのスープ	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ほうれん草と人参煮 キャベツと玉ねぎのスープ	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれん草と人参煮
		牛乳 鶏そぼろおにぎり	野菜おじや	野菜おじや	
23	月	牛乳 野菜リング	野菜リング	野菜リング	
		肉団子のスープ わかめごはん ブロッコリーと人参のゆかり和え みかん	5倍粥 肉団子のスープ ブロッコリーと人参和え	7倍粥 肉団子のスープ ブロッコリーと人参煮	10倍粥 ほうれん草煮 ブロッコリーの白和え
		牛乳 薄焼きピザ	野菜おやき	野菜煮	
24	火	麦茶 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
		しらすと野菜煮 ごはん ちくわときゅうりの和え物 もも キャベツと油揚げのみそ汁	5倍粥 しらすと野菜煮 スティックきゅうり・人参 キャベツのみそ汁	7倍粥 しらすと野菜煮 かぼちゃ煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 しらす煮 かぼちゃと人参煮
		牛乳 芋もち田楽	じゃがいも煮	じゃがいも煮	
25	水	牛乳 クラッカー	ビスケット	おせんべい	
		マーボー豆腐丼 春雨サラダ わかめスープ パイン	5倍粥 ほうれん草と人参煮 鶏ひき肉と豆腐のみそ煮 玉ねぎのスープ	7倍粥 ほうれん草と人参煮 鶏ひき肉と豆腐のみそ煮 玉ねぎのスープ	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれん草と人参煮
		麦茶 フルーツパンケーキ	ひとロパン	パン粥	
26	木	牛乳 野菜リング	野菜リング	野菜リング	
		ボークビーンズ ごはん ブロッコリーと人参の昆布和え もも ほうれん草ともやしのみそ汁	5倍粥 ブロッコリーと人参和え 鶏ひき肉と豆のトマト煮 ほうれん草と玉ねぎのみそ汁	7倍粥 ブロッコリーと人参煮 鶏ひき肉と豆のトマト煮 ほうれん草のみそ汁	10倍粥 人参煮 ブロッコリーとほうれん草煮
		牛乳 ヨーグルト おせんべい	ヨーグルト おせんべい	ヨーグルト おせんべい	
27	金	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
		豚肉のみそ焼き ごはん ひじき煮 パイン 高野豆腐としめじのすまし汁	5倍粥 かぼちゃ煮 鶏ひき肉と玉ねぎのみそ煮 豆腐のすまし汁	7倍粥 かぼちゃ煮 鶏ひき肉と玉ねぎのみそ煮 豆腐のすまし汁	10倍粥 ブロッコリー煮 かぼちゃの白和え
		牛乳 チヂミ	野菜おやき	野菜煮	
28	土	牛乳 クリームサンドビスケット	ビスケット	おせんべい	
		ビビンバ丼 野菜スープ 切り干し大根のサラダ みかん	三色粥 野菜スープ スティックきゅうり・人参	三色粥 野菜スープ ブロッコリーと人参煮	10倍粥 しらす煮 ブロッコリーと人参煮
		牛乳 いちごジャム蒸しパン	バナナ おせんべい	バナナ おせんべい	
30	月	麦茶 野菜リング	野菜リング	野菜リング	
		きのこカレーライス 牛乳 キャベツのゆかり和え もも	5倍粥 柔らか肉じゃが キャベツと人参和え 玉ねぎのスープ	7倍粥 柔らか肉じゃが キャベツと人参煮 玉ねぎのスープ	10倍粥 じゃがいも煮 ほうれん草と人参煮
		麦茶 レアヨーグルトケーキ	野菜おやき	野菜煮	
31	火	麦茶 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
		ハムピラフ おばけしゅうまい マカロニサラダ 春雨スープ	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 マカロニサラダ 野菜のスープ	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 マカロニと人参煮 野菜のスープ	10倍粥 かぼちゃ煮 ブロッコリーと人参煮
		牛乳 ハロウィンクッキー	ハロウィンおやき	かぼちゃ煮	

※食材の都合により、献立が変更になる場合があります。その際は、ホワイトボードにてお知らせします。



