

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 柔らか肉じやが キャベツと人参和え ほうれん草のスープ	7倍粥 柔らか肉じやが キャベツと人参煮 ほうれん草のスープ	10倍粥 人参煮 じやがいもとほうれん草煮
3火	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	
	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
4水	鮭の西京焼き ごはん ポテトサラダ バナナ けんちん汁	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 じやがいも煮 野菜のすまし汁	10倍粥 カレイ煮 大根と人参煮
	牛乳 ひと口パン	ひと口パン	パン粥	
5木	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 プ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 プロッコリーの白和え ほうれん草のみそ汁	10倍粥 人参煮 プロッコリーの白和え
6金	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	
	牛乳 クリームサンドビスケット	ビスケット	おせんべい	
7土	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 玉ねぎのみそ汁	鶏ひき肉と野菜粥 玉ねぎのみそ汁	10倍粥 かぼちゃ煮 プ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	
10火	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 プ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 プロッコリーと人参和え	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 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
11水	牛乳 おかかおにぎり	野菜おじや	野菜おじや	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
12木	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	
13金	牛乳 野菜リング	野菜リング	野菜リング	
	回鍋肉 ごはん プロッコリーと人参のごま和え 中華スープ パイン	5倍粥 玉ねぎのスープ 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 プ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 プロッコリーと人参煮	10倍粥 かぼちゃ煮 プロッコリーと人参煮
14土	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	
	麦茶 クラッカー	おせんべい	おせんべい	
16月	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 プ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	
17火	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	ひき肉チャーハン みかん プロッコリーとツナのサラダ じやがいもと玉ねぎのみそ汁	しらすと野菜粥 プロッコリーと人参和え じやがいもと玉ねぎのみそ汁	しらすと野菜粥 プロッコリーと人参煮 じやがいもと玉ねぎのみそ汁	10倍粥 しらす煮 じやがいもと人参煮
	牛乳 彩りそうめん	野菜そうめん	野菜そうめん	
	牛乳 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	
	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	

	牛乳 野菜リング	野菜リング	野菜リング	
18 水	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 お麩ラスク	お麩ラスク	お麩のミルク煮	
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 プロッコリーと人参のおかか和え みかん お麩とわかめのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 プロッコリーと人参煮 お麩のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 プロッコリーと人参煮 お麩のみそ汁	10倍粥 かぼちゃ煮 プ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 プ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 プロッコリーと人参和え	7倍粥 肉団子のスープ プロッコリーと人参煮	10倍粥 ほうれん草煮 プ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 ステイックきゅうり・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cker	ビスケット	おせんべい	
	マーぼー豆腐丼 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	ひと口パン	パン粥	
26 木	牛乳 野菜リング	野菜リング	野菜リング	
	ポークピーンズ ごはん プ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 プロッコリーと人参和え 鶏ひき肉と豆のトマト煮 ほうれん草ともやしのみそ汁	7倍粥 プ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 プ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 プロッコリー煮 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	
	ピビンパ丼 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 ステイックきゅうり・人参	三色粥 野菜スープ プロッコリーと人参煮	10倍粥 しらす煮 プ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 マカロニと人参煮 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 プ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。



