



## 離乳食献立表



2024年10月

親愛保育園

日付	時間帯	離乳食完了期	離乳食後期	離乳食中期	離乳食初期
01(火)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	チキンカレーライス(軟飯) 切り干しサラダ 梨	おかゆ 豆腐にんじんとトマトの煮物 スープ(たまねぎ)	おかゆ 豆腐にんじんとトマトのつぶし煮 スープ(たまねぎ)	つぶしがゆ 豆腐にんじんとトマトのペースト
	午後おやつ	牛乳 豆腐めし(軟飯)	鶏ひき肉とたまねぎのおかゆ あおのりポテト	鶏ひき肉とたまねぎのおかゆ あおのりマッシュポテト	
02(水)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	軟飯 酢豚 春雨サラダ スープ(チンゲン菜 豆腐)	おかゆ 鯖じゃがいもにんじんの煮物 スープ(チンゲン菜)	おかゆ 鯖じゃがいもにんじんのつぶし煮 スープ(チンゲン菜)	つぶしがゆ 鯖じゃがいもにんじんのペースト
	午後おやつ	牛乳 ココアクリームサンド	豚ひき肉とチンゲン菜のおかゆ スティックきゅうり	豚ひき肉とチンゲン菜のおかゆ きゅうりの茹でつぶし	
03(木)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	軟飯 鮭のおろし煮 白和え みそ汁(じゃがいも・たまねぎ)	おかゆ 鮭豆腐ほうれん草の煮物 みそ汁(たまねぎ)	おかゆ 鮭豆腐ほうれん草のつぶし煮 みそ汁(たまねぎ)	つぶしがゆ 豆腐ほうれん草のペースト
	午後おやつ	牛乳 おやつナポリタン	鶏ひき肉とたまねぎのケチャップがゆ スティック大根	鶏ひき肉とたまねぎのケチャップがゆ 大根の茹でつぶし	
04(金)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	軟飯 スタミナ焼き肉 キャベツの甘酢和え みそ汁(大根・ねぎ)	おかゆ 鶏ひき肉キャベツさつまいもの煮物 みそ汁(ねぎ)	おかゆ 鶏ひき肉キャベツさつまいものつぶし煮 みそ汁(ねぎ)	つぶしがゆ キャベツさつまいものペースト
	午後おやつ	牛乳 ジョアマスカット おさつパイ	しらすとわかめのおかゆ コロコロさつまいも	しらすとわかめのおかゆ さつまいものマッシュ	
05(土)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	チャンボンめん さつまいもの甘煮 梨	おかゆ 鯖さつまいもにんじんの煮物 スープ(キャベツ)	おかゆ 鯖さつまいもにんじんのつぶし煮 スープ(キャベツ)	つぶしがゆ 鯖さつまいもにんじんのペースト
	午後おやつ	牛乳 やさしいパン	チキンリゾット コンソメ	チキンリゾット コンソメ	
07(月)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	軟飯 鶏肉のバター醤油炒め 大根サラダ マンハッタン風クラムチャウダー	おかゆ 鯖じゃがいものトマト煮 スープ(たまねぎ)	おかゆ 鯖じゃがいものつぶしトマト煮 スープ(たまねぎ)	つぶしがゆ 鯖じゃがいもトマトのペースト
	午後おやつ	牛乳 味噌入り蒸しパン	鶏ひき肉とにんじんの味噌がゆ 青のりポテト	鶏ひき肉とにんじんの味噌がゆ 青のりマッシュポテト	
08(火)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	軟飯 五目うま煮 小松菜のごま酢和え みそ汁(ねぎ・わかめ)	おかゆ 豆腐だいこん小松菜の煮物 みそ汁(わかめ)	おかゆ 豆腐だいこん小松菜のつぶし煮 みそ汁(わかめ)	つぶしがゆ 豆腐だいこん小松菜のペースト
	午後おやつ	牛乳 ボンデケーキ	チーズとりのりのおかゆ スティックにんじん	チーズとりのりのおかゆ にんじんのマッシュ	
09(水)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	軟飯 魚の照り焼き ブロッコリーとわかめのサラダ みそ汁(豆腐 小松菜)	おかゆ めかじきブロッコリー豆腐の煮物 みそ汁(小松菜)	おかゆ めかじきブロッコリー豆腐のつぶし煮 みそ汁(小松菜)	つぶしがゆ ブロッコリー豆腐のペースト
	午後おやつ	牛乳 レースン入りドーナツ	豚ひき肉と小松菜のおかゆ コロコロ湯剥きトマト	豚ひき肉と小松菜のおかゆ つぶし湯剥きトマト	
10(木)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	コッペパン ポテトグラタン ひじきのマリネ スープ(小松菜・もやし)	おかゆ 鶏ひき肉じゃがいもたまねぎの煮物 スープ(小松菜)	おかゆ 鶏ひき肉じゃがいもたまねぎのつぶし煮 スープ(小松菜)	つぶしがゆ じゃがいもたまねぎのペースト
	午後おやつ	牛乳 沖縄風混ぜご飯(軟飯)	ツナとわかめのおかゆ スティック大根	ツナとわかめのおかゆ 大根の茹でつぶし	
11(金)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	軟飯 鶏肉の甘辛煮 青菜ともやしのお浸し さつまい(豚肉)	おかゆ 鯖こまつな人参の煮物 みそ汁(ねぎ)	おかゆ 鯖こまつな人参のつぶし煮 みそ汁(ねぎ)	つぶしがゆ 鯖こまつな人参のペースト
	午後おやつ	牛乳 りんごゼリー 鉄分強化チーズ	鶏ひき肉とトマトのおかゆ じゃがいもとチーズのおやき	鶏ひき肉とトマトのおかゆ じゃがいもとチーズのマッシュ	



## 離乳食献立表



2024年10月		離乳食完了期	離乳食後期	離乳食中期	離乳食初期
12(土)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	きつねうどん かぼちゃのソテー ヨーグルト	おかゆ 豆腐かぼちゃほうれん草の煮物 ヨーグルト	おかゆ 豆腐かぼちゃほうれん草のつぶし煮 ヨーグルト	つぶしがゆ 豆腐かぼちゃほうれん草のペースト
	午後おやつ	牛乳 プリン(卵不使用)	しらすとわかめの煮込みうどん みそ汁	しらすとわかめの煮込みうどん みそ汁	
15(火)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	小江戸カレーライス(軟飯) 切り干しサラダ 梨	おかゆ 鶏ひき肉さつまいもにんじんの煮物 スープ(たまねぎ)	おかゆ 鶏ひき肉さつまいもにんじんのつぶし煮 スープ(たまねぎ)	つぶしがゆ さつまいもにんじんのペースト
	午後おやつ	牛乳 豆腐めし(軟飯)	ツナとりのりのおかゆ りんごのコロコロ煮	ツナとりのりのおかゆ りんごのつぶし煮	
16(水)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	軟飯 酢豚 春雨サラダ スープ(チンゲン菜 豆腐)	おかゆ 鱈じゃがいもにんじんの煮物 スープ(チンゲン菜)	おかゆ 鱈じゃがいもにんじんのつぶし煮 スープ(チンゲン菜)	つぶしがゆ 鱈じゃがいもにんじんのペースト
	午後おやつ	牛乳 ココアクリームサンド	豚ひき肉とチンゲン菜のおかゆ スティックきゅうり	豚ひき肉とチンゲン菜のおかゆ きゅうりの茹でつぶし	
17(木)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	軟飯 鮭のおろし煮 白和え みそ汁(じゃがいも・たまねぎ)	おかゆ 鮭豆腐ほうれん草の煮物 みそ汁(たまねぎ)	おかゆ 鮭豆腐ほうれん草のつぶし煮 みそ汁(たまねぎ)	つぶしがゆ 豆腐ほうれん草のペースト
	午後おやつ	牛乳 おやつナポリタン	鶏ひき肉とたまねぎのケチャップがゆ スティック大根	鶏ひき肉とたまねぎのケチャップがゆ 大根の茹でつぶし	
18(金)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	軟飯 スタミナ焼き肉 キャベツの甘酢和え みそ汁(大根・ねぎ)	おかゆ 鶏ひき肉キャベツさつまいもの煮物 みそ汁(ねぎ)	おかゆ 鶏ひき肉キャベツさつまいものつぶし煮 みそ汁(ねぎ)	つぶしがゆ キャベツさつまいものペースト
	午後おやつ	ジョアマスカット おさつパイ	しらすとわかめのおかゆ コロコロさつまいも	しらすとわかめのおかゆ さつまいものマッシュ	
19(土)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	チャンポンめん さつま芋の甘煮 梨	おかゆ 鱈さつまいもにんじんの煮物 スープ(キャベツ)	おかゆ 鱈さつまいもにんじんのつぶし煮 スープ(キャベツ)	つぶしがゆ 鱈さつまいもにんじんのペースト
	午後おやつ	牛乳 やさしいパン	チキンリゾット コンソメ	チキンリゾット コンソメ	
21(月)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	軟飯 鶏肉のバター醤油炒め 大根サラダ マンハッタン風クラムチャウダー	おかゆ 鱈じゃがいものトマト煮 スープ(たまねぎ)	おかゆ 鱈じゃがいものつぶしトマト煮 スープ(たまねぎ)	つぶしがゆ 鱈じゃがいもトマトのペースト
	午後おやつ	牛乳 味噌入り蒸しパン	鶏ひき肉とにんじんの味噌がゆ 青のりポテト	鶏ひき肉とにんじんの味噌がゆ 青のりマッシュポテト	
22(火)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	軟飯 五目うま煮 小松菜のごま酢和え みそ汁(ねぎ・わかめ)	おかゆ 豆腐だいこん小松菜の煮物 みそ汁(わかめ)	おかゆ 豆腐だいこん小松菜のつぶし煮 みそ汁(わかめ)	つぶしがゆ 豆腐だいこん小松菜のペースト
	午後おやつ	牛乳 ボンデケーキ	チーズとりのりのおかゆ スティックにんじん	チーズとりのりのおかゆ にんじんのマッシュ	
23(水)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	軟飯 魚の照り焼き ブロッコリーとわかめのサラダ みそ汁(豆腐 小松菜)	おかゆ めかじきブロッコリー豆腐の煮物 みそ汁(小松菜)	おかゆ めかじきブロッコリー豆腐のつぶし煮 みそ汁(小松菜)	つぶしがゆ ブロッコリー豆腐のペースト
	午後おやつ	牛乳 レーズン入りドーナツ	豚ひき肉と小松菜のおかゆ コロコロ湯剥きトマト	豚ひき肉と小松菜のおかゆ つぶし湯剥きトマト	
24(木)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	コッペパン ポテトグラタン ひじきのマリネ スープ(小松菜・もやし)	おかゆ 鶏ひき肉じゃがいもたまねぎの煮物 スープ(小松菜)	おかゆ 鶏ひき肉じゃがいもたまねぎのつぶし煮 スープ(小松菜)	つぶしがゆ じゃがいもたまねぎのペースト
	午後おやつ	牛乳 沖縄風混ぜご飯(軟飯)	ツナとわかめのおかゆ スティック大根	ツナとわかめのおかゆ 大根の茹でつぶし	



## 離乳食献立表



日付	時間帯	離乳食完了期	離乳食後期	離乳食中期	離乳食初期
25(金)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	軟飯 鶏肉の甘辛煮 青菜ともやしのお浸し さつま汁(豚肉)	おかゆ 鱈こまつな人参の煮物 みそ汁(ねぎ)	おかゆ 鱈こまつな人参のつぶし煮 みそ汁(ねぎ)	つぶしがゆ 鱈こまつな人参のペースト
	午後おやつ	牛乳 りんごゼリー 鉄分強化チーズ	鶏ひき肉とトマトのおかゆ じゃがいもとチーズのおやき	鶏ひき肉とトマトのおかゆ じゃがいもとチーズのマッシュ	
26(土)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	きつねうどん かぼちゃのソテー ヨーグルト	おかゆ 豆腐かぼちゃほうれん草の煮物 ヨーグルト	おかゆ 豆腐かぼちゃほうれん草のつぶし煮 ヨーグルト	つぶしがゆ 豆腐かぼちゃほうれん草のペースト
	午後おやつ	牛乳 プリン(卵不使用)	しらすとわかめの煮込みうどん みそ汁	しらすとわかめの煮込みうどん みそ汁	
28(月)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	軟飯 鶏肉のかりん揚げ 青菜のいそ和え みそ汁(たまねぎ・白菜)	おかゆ 鱈白菜かぼちゃの煮物 みそ汁(たまねぎ)	おかゆ 鱈白菜かぼちゃのつぶし煮 みそ汁(たまねぎ)	つぶしがゆ 鱈白菜かぼちゃのペースト
	午後おやつ	牛乳 焼きびん(軟飯)	鶏ひき肉と小松菜のおかゆ かぼちゃのコロコロ煮	鶏ひき肉と小松菜のおかゆ かぼちゃのつぶし煮	
29(火)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	軟飯 キッシュ 大根とツナのサラダ スープ(キャベツ・じゃがいも)	おかゆ ツナ大根じゃがいもの煮物 スープ(キャベツ)	おかゆ ツナ大根じゃがいものつぶし煮 スープ(キャベツ)	つぶしがゆ 大根じゃがいものペースト
	午後おやつ	牛乳 米粉のきな粉蒸しパン	豚ひき肉とほうれん草のおかゆ スティックにんじん	豚ひき肉とほうれん草のおかゆ にんじんのマッシュ	
30(水)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	さつまいもごはん(軟飯) さばの味噌煮 ワカメサラダ スープ(豆腐・たまねぎ・しいたけ)	おかゆ 豆腐さつまいもにんじんの煮物 スープ(たまねぎ)	おかゆ 豆腐さつまいもにんじんのつぶし煮 スープ(たまねぎ)	つぶしがゆ 豆腐さつまいもにんじんのペースト
	午後おやつ	牛乳 米粉のあさり入りチヂミ	鶏ひき肉とわかめのおかゆ スティックきゅうり	鶏ひき肉とわかめのおかゆ きゅうりの茹でつぶし	
31(木)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	軟飯 生揚げと野菜の炒め物 きゅうりのピクルス みそ汁(ねぎ・わかめ) りんご	おかゆ 鶏ひき肉キャベツにんじんの煮物 みそ汁(わかめ)	おかゆ 鶏ひき肉キャベツにんじんのつぶし煮 みそ汁(わかめ)	つぶしがゆ キャベツにんじんのペースト
	午後おやつ	牛乳 米粉のかぼちゃケーキ 	鱈とねぎのおかゆ かぼちゃのおやき	鱈とねぎのおかゆ かぼちゃのマッシュ	