離乳食献立

10月



淀白鳥保育園

日付		曜日	献立名	材料	おやつ
1	15 29	木	1おかゆ 2カレイの煮つけ 3かぼちゃの煮物 4すまし汁	米 カレイ、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 かぼちゃ、人参、醤油（うすくち）、昆布だし汁 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5青のりおやき 青のり、豆腐、小麦粉
2	16 30	金	1おかゆ 2じゃがいものツナ和え 3大根と玉ねぎの煮つけ 4すまし汁	米 ツナ、じゃがいも、人参、しょうゆ（うすくち） 大根、人参、玉ねぎ、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5バナナ
3	17	土	1おかゆ 2鶏ささみの煮つけ 3豆腐煮 4すまし汁	米 鶏ささみ、白菜、人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 豆腐、人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5南瓜スティック
5	19	月	1おかゆ 2鶏ミンチの野菜煮 3ほうれん草の和え物 4すまし汁	米 鶏ミンチ、キャベツ、人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 ほうれん草、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	4マッシュポテトとチーズ和え じゃが芋、粉チーズ
6	20	火	1おかゆ 2じゃが芋とツナの煮つけ 3ブロッコリーの和え物 4すまし汁	米 じゃが芋、ツナ、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 ブロッコリー、にんじん、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5すりおろしりんご煮 りんご
7	21	水	1おかゆ 2白身魚の煮つけ 3千切り大根の和え物 4すまし汁	米 タラ、しょうゆ（うすくち）昆布だし汁 千切り大根、ほうれん草、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5さつまいもスティック
8	22	木	1おかゆ 2鶏ミンチのトマト煮 3マカロニ和え 4すまし汁	米 鶏ミンチ、トマト、人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 マカロニ、人参、胡瓜、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5ヨーグルト
9	23	金	1おかゆ 2ツナと小松菜和え 3高野豆腐煮 4すまし汁	米 ツナ、小松菜、人参、しょうゆ（うすくち） 高野豆腐、人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 人参、しょうゆ（うすくち）昆布だし汁	5じゃがもち じゃがいも、片栗粉、 しょうゆ（うすくち）
	24	土	1おじや 2キャベツの和え物 4すまし汁	米、鶏ささみ、人参、玉ねぎ しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 キャベツ、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5バナナ
	26	月	1おかゆ 2鮭の煮つけ 2ブロッコリーの和え物 3すまし汁	米 鮭、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 ブロッコリー、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	4お麸ラスク 麸
13	27	火	1おかゆ 2ツナと南瓜和え 3豆腐の煮つけ 4すまし汁	米 ツナ、カボチャ、しょうゆ（うすくち） 人参、豆腐、しょうゆ（うすくち）昆布だし汁 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5きなこマカロニ きな粉、マカロニ
14	28	水	1おかゆ 2豚ミンチと玉ねぎの煮付け 3小松菜の煮浸し 4すまし汁	米 豚ミンチ、玉ねぎ、人参、しょうゆ（うすくち）昆布だし汁 小松菜、にんじん、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5さつま芋ヨーグルト

主食は月齢により、すりつぶし・あらずり・軟飯等
※月曜日から土曜日まで上記に6野菜ステック煮が付きます。
※献立、材料は都合により変更することがありますのでご了承ください。

