

離乳食献立

2025年10月



淀白鳥保育園

日付		曜日	献立名	材料	おやつ
1	15 29	水	1おかゆ 2白身魚の煮つけ 3キャベツの和え物 4すまし汁	米 タラ、昆布だし汁、しょうゆ（うすくち） 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さつま芋スティック さつま芋
2	16 30	木	1おかゆ 2豚ミンチの野菜煮 2ひじきの和え物 3すまし汁	米 豚ミンチ、ピーマン、玉ねぎ、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 ひじき、チンゲン菜、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	4豆腐のおやき 豆腐、小麦粉
3	17 31	金	1おかゆ 2鮭の煮つけ 3リンゴと人参のすりおろし煮 4すまし汁	米 鮭、昆布だし汁、しょうゆ（うすくち） りんご、にんじん 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5きなこマカロニ きなこ、マカロニ
4	18	土	1おじや 2豆腐煮 3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 豆腐、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5南瓜スティック 南瓜
6	20	月	1おかゆ 2鶏ミンチと小松菜煮 3きゃべつ和え 4すまし汁	米 鶏ミンチ、小松菜、しめじ、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 キャベツ、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じゃがもち じゃが芋
7	21	火	1おかゆ 2かぼちゃのツナ和え 3マカロニ和え 4すまし汁	米 かぼちゃ、人参、ツナ、しょうゆ（うすくち） マカロニ、きゅうり、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青のりヨーグルト 青のり、ヨーグルト
8	22	水	1おかゆ 2カレイの煮つけ 3千切り大根の和え物 4すまし汁	米 カレイ、しょうゆ（うすくち）昆布だし汁 千切り大根、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さつまいもスティック さつま芋
9	23	木	1おかゆ 2じゃが芋のそぼろ和え 3ブロッコリーサラダ 4すまし汁	米 じゃが芋、にんじん、豚ミンチ、しょうゆ（うすくち） 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	4煮りんご りんご
10	24	金	1おかゆ 2鶏ミンチと小松菜煮 3高野豆腐煮 4すまし汁	米 鶏ミンチ、小松菜、しょうゆ（うすくち）昆布だし汁 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きなこマカロニ きなこ、マカロニ
	25	土	1おじや 2さつま芋煮 3すまし汁	米、ツナ、にんじん、ピーマン、玉ねぎ しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 さつま芋、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バナナ
	27	月	1おかゆ 2鮭の煮つけ 3南瓜煮 4すまし汁	米 鮭、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 南瓜、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	4チーズおやき 粉チーズ、豆腐、小麦粉
14	28	火	1おかゆ 2鶏ささみとさつま芋煮 3はくさいの和え物 4すまし汁	米 さつま芋、にんじん、ささみ、しょうゆ（うすくち）昆布だし汁 白菜、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にんじんヨーグルト ヨーグルト、にんじん
			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。		