

10月離乳食献立



★16日お弁当の日★

ぐぜにしこども園【922-0007】

主食	10倍粥	7倍粥	5倍粥	軟飯	ごはん	おやつ
	60g	70g	80g	90g	60g	
1 火	さつまいもの煮物 白身魚の煮物 すまし汁		さつまいもの煮物 白身魚の煮物 すまし汁		ごはん 赤魚の煮物 しめじと野菜のごま和え 豚汁	★手作りおやつ★ 牛乳 ビザトースト
2 水	ほうれん草の煮物 かぼちゃの煮物 すまし汁		じゃことうれん草の煮物 かぼちゃの煮物 うどん		鮭ごはん 肉うどん じゃことうれん草の酢の物	牛乳 煮干し(幼児のみ) ビスケット
3 木	人参の煮物 キャベツの煮物 人参スープ		人参の煮物 キャベツの煮物 人参スープ		ごはん 野菜の天ぷら 春雨と野菜の酢の物 人参スープ	★手作りおやつ★ 牛乳 チーズケーキ
4 金	玉ねぎの煮物 キャベツの煮物 すまし汁		豚挽き肉と玉ねぎの煮物 キャベツの煮物 すまし汁		ハヤシライス マカロニサラダ もやしとわかめのスープ バイン缶	牛乳 煮干し(幼児のみ) おせんべい
5 土	豆腐の煮物 人参の煮物 すまし汁		豆腐の煮物 ツナと人参の煮物 すまし汁		ツナの炊き込みご飯 野菜の酢の物 豆腐とえのきのスープ	牛乳 クラッカー
7 月	ほうれん草の煮物 じゃが芋の煮物 すまし汁		納豆とほうれん草の煮物 鶏挽き肉とじゃが芋の煮物 すまし汁		ごはん イタリアンスパゲッティ ミートボール ほうれん草の納豆和え じゃが芋のみそ汁	★手作りおやつ★ カルビスゼリー
8 火	人参の煮物 かぼちゃの煮物 すまし汁		豚肉と人参の煮物 かぼちゃの煮物 すまし汁		ごはん 豚肉の生姜焼き かぼちゃサラダ コーン入り人参スープ	★手作りおやつ★ 牛乳 シュガートースト
9 水	ほうれん草の煮物 人参の煮物 すまし汁		ほうれん草の煮物 チーズと人参の煮物 うどん		ゆかりごはん きつねうどん 切干大根の中華風サラダ チーズ	牛乳 煮干し(幼児のみ) ビスケット
10 木	小松菜の煮物 玉ねぎの煮物 すまし汁		小松菜の煮物 鶏挽き肉と玉ねぎの煮物 すまし汁		ごはん コロッケ マカロニのカレー炒め 小松菜のみそ汁	★手作りおやつ★ 牛乳 黒蜜きな粉バナナ
11 金	豆腐の煮物 ほうれん草の煮物 すまし汁		豆腐の煮物 豚挽き肉とほうれん草の煮物 すまし汁		ポークカレーライス ツナサラダ 豆腐とわかめのスープ バイン缶	牛乳 煮干し(幼児のみ) おせんべい
12 土	人参の煮物 豆腐の煮物 すまし汁		人参の煮物 豆腐の煮物 すまし汁		ごはん 切干大根の煮物 ウインナー炒め 豆腐としめじのみそ汁	牛乳 クラッカー
14 月	★スポーツの日★					
15 火	ほうれん草の煮物 大根の煮物 すまし汁		鶏挽き肉とほうれん草の煮物 大根の煮物 すまし汁		そぼろ丼 切干大根の中華風サラダ 大根とえのきのみそ汁	★手作りおやつ★ 牛乳 青のリトースト
16 水	★お弁当の日★					
17 木	人参の煮物 キャベツの煮物 人参スープ		人参の煮物 キャベツの煮物 人参スープ		ごはん アジフライ えのきと野菜のごま和え 人参スープ	★手作りおやつ★ フルーチェ
18 金	玉ねぎの煮物 キャベツの煮物 人参スープ		玉ねぎの煮物 豚挽き肉とキャベツの煮物 人参スープ		ハヤシライス マカロニサラダ もやしとわかめのスープ バイン缶	牛乳 煮干し(幼児のみ) おせんべい
19 土	豆腐の煮物 キャベツの煮物 すまし汁		豆腐の煮物 キャベツとツナの煮物 すまし汁		ツナの炊き込みご飯 野菜の酢の物 豆腐とえのきのスープ	牛乳 クラッカー
21 月	ほうれん草の煮物 じゃが芋の煮物 すまし汁		納豆とほうれん草の煮物 鶏挽き肉とじゃが芋の煮物 すまし汁		ごはん イタリアンスパゲッティ ミートボール ほうれん草の納豆和え じゃが芋のみそ汁	★手作りおやつ★ 牛乳 水ようかん
22 火	人参の煮物 かぼちゃの煮物 すまし汁		豚肉と人参の煮物 かぼちゃの煮物 すまし汁		ごはん 豚肉の生姜焼き かぼちゃサラダ コーン入り人参スープ	★手作りおやつ★ 牛乳 ビザトースト
23 水	ほうれん草の煮物 人参の煮物 すまし汁		ほうれん草の煮物 チーズと人参の煮物 うどん		ゆかりごはん きつねうどん 切干大根の中華風サラダ チーズ	牛乳 煮干し(幼児のみ) ビスケット
24 木	小松菜の煮物 玉ねぎの煮物 すまし汁		小松菜の煮物 鶏挽き肉と玉ねぎの煮物 すまし汁		ごはん コロッケ マカロニのカレー炒め 小松菜のみそ汁	★手作りおやつ★ 牛乳 黒蜜きな粉バナナ
25 金	豆腐の煮物 ほうれん草の煮物 すまし汁		豆腐の煮物 ほうれん草の煮物 すまし汁		ちらし寿司 えのきと野菜のごま和え 豆腐のみそ汁	★手作りおやつ★ 牛乳 パースデーケーキ
26 土	★運動会★					
28 月	ほうれん草の煮物 大根の煮物 すまし汁		鶏挽き肉とほうれん草の煮物 大根の煮物 すまし汁		そぼろ丼 切干大根の中華風サラダ 大根とえのきのみそ汁	★手作りおやつ★ カルビスゼリー
29 火	キャベツの煮物 豆腐の煮物 すまし汁		豚挽き肉とキャベツの煮物 豆腐の煮物 すまし汁		ごはん 麻婆豆腐 しめじと野菜のごま和え コーンとわかめのスープ	★手作りおやつ★ 牛乳 シュガートースト
30 水	ほうれん草の煮物 かぼちゃの煮物 すまし汁		じゃことうれん草の煮物 かぼちゃの煮物 うどん		鮭ごはん 肉うどん じゃことうれん草の酢の物	牛乳 煮干し(幼児のみ) ビスケット
31 木	キャベツの煮物 人参の煮物 すまし汁		牛肉とキャベツの煮物 麩と人参の煮物 すまし汁		ごはん チンジャオロース 油揚げと野菜の酢の物 麩とわかめのみそ汁	★手作りおやつ★ 牛乳 パンプキンケーキ

10時おやつ:ごはん食ヤクルト/離乳食豆乳 ※仕入れ等の都合により献立が多少異なる場合がございますが、ご了承ください。

月齢はあくまでも目安で、調理形態・分量・献立内容は、一人一人の発達に応じて出しています。

アレルギーのある子には、代替食・除去食を出しています。

おやつは、月齢一人一人、離乳食の進み具合で出しています。

