

10月離乳食献立表

よつば陽明保育園

日付	後期食（9～11か月ごろ）		完了期食（12か月ごろ～）	
	午前	午後	午前	午後
1(木)	軟飯 おふのみそ汁 五目炒り豆腐 かぼちゃのサラダ	食パン	ごはん おふとおくらのみそ汁 五目炒り豆腐 かぼちゃとクリームチーズのサラダ	手作りあん食パン
2(金)	チャーハン わかめの中華スープ みかん缶	コッペパン	チャーハン わかめとごまの中華スープ 春巻き みかん缶	ホットドック
5(月)	軟飯 わかめと高野豆腐のみそ汁 鮭のてりやき わかめときゅうりの和え物	手作りミルク食パン	ごはん わかめと高野豆腐のみそ汁 さばの塩こうじ焼き わかめときゅうりの酢の物	手作りミルク食パン
6(火)	鶏釜飯 小松菜とえのきのみそ汁 ひじきサラダ	かぼちゃごはん	鶏釜飯 小松菜とえのきのみそ汁 ひじきサラダ	ピザトースト
7(水)	和風あんかけ丼 ツナとわかめのお汁 きやべつのおかか和え	コーンフレークごはん	和風カレー丼 ツナとわかめのすまし汁 きやべつのおかか和え	ジャムサンド (いちご)
8(木)	ミートソーススパゲッティー コンスープ（コンソメ） キャベツとコーンのサラダ	わかめごはん	ミートソーススパゲッティー コンスープ（コンソメ） コールスローサラダ	チュモツバ
9(金)	納豆ひき肉丼 キャベツと油揚げのみそ汁 切干大根のサラダ	手作り食パン	納豆ひき肉丼 キャベツと油揚げのみそ汁 切干大根のサラダ	手作り食パン (ぶるーベリージャム)
13(火)	軟飯 ほうれん草としめじのみそ汁 カレイの煮物 きんぴらにんじん	手作り食パン	ごはん ほうれん草としめじのみそ汁 カレイの煮つけ きんぴらごぼう	手作り食パン
14(水)	軟飯 豆乳とまいたけのみそ汁 豚肉の炒め物 キャベツサラダ	しらすごはん	ごはん 豆乳とまいたけのみそ汁 豚肉のスタミナ炒め ハムサラダ	ベビーチーズ しらすこんぶおにぎり
15(木)	軟飯 千切りやさいのみそ汁 鮭の煮物 スパゲッティーサラダ	食パン	ごはん 千切りやさいのみそ汁 鮭の電田揚げ スパゲッティーサラダ	お好み焼きトースト
16(金)	軟飯 豆腐のあんかけ汁 てりやきハンバーグ ふかし芋 バナナ	お芋クッキー	ふりかけごはん 豆腐のあんかけ汁 てりやきハンバーグ フライドポテト バナナ	バニラクッキー
19(月)	ごはん 切干大根ときやべつのみそ汁 鮭のみそ焼き ツナひじき	食パン	ごはん 切干大根ときやべつのみそ汁 鮭のみそマヨ焼き ツナひじき	手作りレーズンパン
20(火)	食パン 豚肉とじゃがいものあんかけ ブロッコリー もも缶	かぼちゃごはん	食パン ブラウンシュチュ ブロッコリー アンパンマンポテト もも缶	鮭とごまのおにぎり
21(水)	豚丼 豆腐とにんじんのみそ汁 きゅうりの和え物	みかんヨーグルト	豚高菜丼 豆腐とにんじんのみそ汁 きゅうりのごま和え	みかんヨーグルト
22(木)	きつねうどん 小松菜の納豆和え	しらすわかめごはん	きつねうどん しゅうまい 小松菜の納豆和え	ベビーチーズ しらすわかめおにぎり
23(金)	チキンオムライス（バターライス） コンスープ ブロッコリー	ホットケーキ	チキンオムライス クリームコンスープ ブロッコリー	チュロス
26(月)	軟飯 厚揚げとにんじんのみそ汁 さけのみそ煮 ひじきの五目煮	ヨーグルトケーキ	ごはん 厚揚げとにんじんのみそ汁 さばのみそ焼き ひじきの五目煮	ヨーグルトケーキ
27(火)	豚肉のトマト煮 玉ねぎのスープ キャベツの和え物	コーンごはん	トマトハヤシライス オニオンスープ キャベツのザワークラウト	コーンフレーク
28(水)	和風うどん 卵焼き ブロッコリー	タ焼きおにぎり	しょうゆラーメン ミートオムレツ ブロッコリーのアーリオオーリオ	タ焼きおにぎり
29(木)	ごはん きのこ汁 豚肉の炒め物 ツナサラダ	しらすトースト	ごはん きのこ汁 豚肉の生葉焼き ツナサラダ	チーズしらすトースト
30(金)	軟飯 豚肉とじゃがいものあんかけ きのこスープ マカロニサラダ	手作りかぼちゃ食パン	ハロウィンカレー きのこスープ マカロニサラダ	手作りかぼちゃ食パン

*献立は材料の都合により変更することがあります。
 *調理形態は月齢や体調、個人に合わせて変更することがあります。
 *午前のおやつには赤ちゃんせんべいやクッキーを食べています。（後期）