

10月離乳食予定献立表

いちご乳児保育園

日	曜日	5~6ヶ月頃 (ゴックン期)	7~8ヶ月頃 (モグモグ期)	9~11ヶ月頃(午前) (カミカミ期)	9~11ヶ月頃(午後) (カミカミ期)
1 ・ 15	金	パン粥 スープ 玉ねぎ煮つぶし 小松菜煮つぶし	パン粥 スティックパン スープ ほっけ玉ねぎあんかけ煮 果物	テーブルロール オニオンコンスープ ほっけのムニエル風 小松菜しめじ和え グレープフルーツ赤	軟飯 味噌汁(小松菜) ほっけ玉ねぎ煮 バナナ
2 ・ 16	土	つぶし粥 スープ じゃが芋煮つぶし	粥 スープ 豚挽肉ほうれん草あんかけ煮 じゃが芋スティック煮	醤油うどん じゃが芋の含め煮 オレンジ	テーブルロール 麦茶 チーズ りんご
4 ・ 18	月	つぶし粥 スープ 大根煮つぶし 人参煮つぶし	粥 スープ 豚挽肉大根あんかけ煮 人参スティック煮	軟飯 味噌汁(油揚げ・大根) ヒレカツ湯通し キャベツと人参のおかか和え りんご	軟飯 すまし汁(キャベツ) 豚肉大根人参煮 オレンジ
5 ・ 19	火	つぶし粥 スープ カレイ煮つぶし 人参煮つぶし	粥 スープ カレイあんかけ煮 人参スティック煮	軟飯 味噌汁(ほうれん草・舞茸) カレイのゴマ焼き ひじきの五目煮 パイナップル	軟飯 味噌汁(かぼちゃ) 鶏肉人参ほうれん草煮 キウイ
6 ・ 20	水	パン粥 スープ じゃが芋煮つぶし ブロッコリー煮つぶし	パン粥 スティックパン スープ 鶏挽肉じゃが芋煮 ブロッコリー煮	食パン スープ(芋・人参・コーン) 鶏肉さのこ煮 ブロッコリー味噌マヨネーズ グレープフルーツ白	ジャージャー麺 スープ(玉ねぎ) バナナ
7 ・ 21	木	つぶし粥 スープ 小松菜煮つぶし 人参煮つぶし	粥 スープ 豚挽肉小松菜あんかけ煮 人参スティック煮	軟飯 さつま芋のシチュー 小松菜ごまツナ和え キウイ	軟飯 スープ(小松菜) 豚肉さつま芋人参ソテー オレンジ
8 ・ 22	金	つぶし粥 スープ 玉ねぎ煮つぶし 大根煮つぶし	粥 スープ 鮭玉ねぎあんかけ煮 大根スティック煮	軟飯 石狩汁 鶏肉照り焼き もやしのにり和え バナナ	トースト スープ(玉ねぎ) 鶏肉じゃが芋人参煮 りんご
9 ・ 23	土	つぶし粥 スープ かぼちゃ煮つぶし	粥 スープ 鶏挽肉ほうれん草あんかけ煮 かぼちゃ煮	味噌うどん かぼちゃグラッセ風 グレープフルーツ赤	テーブルロール 麦茶 チーズ キウイ
11 ・ 25	月	つぶし粥 スープ 白菜煮つぶし 人参煮つぶし	粥 スープ つぶし大豆白菜煮 人参スティック煮	軟飯 味噌汁(小松菜・麩) 大豆かき揚げ湯通し 白菜ごま和え オレンジ	軟飯 すまし汁(人参) ほたて小松菜玉ねぎ煮 りんご
12 ・ 26	火	つぶし粥 スープ 玉ねぎ煮つぶし 人参煮つぶし	粥 スープ 豚挽肉玉ねぎあんかけ煮 人参スティック煮	軟飯 味噌汁(卵・玉ねぎ) 豚肉の生姜焼き ほうれん草のサラダ グレープフルーツ白	軟飯 すまし汁(ほうれん草) 豚肉玉ねぎ人参煮 バナナ
13 ・ 27	水	つぶし粥 スープ キャベツ煮つぶし トマト煮つぶし	粥 スープ 鮭キャベツあんかけ煮 果物	軟飯 味噌汁(生揚げ・わかめ) 鮭チャンチャン焼き スティックきゅうり煮 トマト バナナ	軟飯 スープ(キャベツ) 生揚げ人参玉ねぎ炒め煮 キウイ
14 ・ 28	木	つぶし粥 スープ 白菜煮つぶし 人参煮つぶし	粥 スープ 豚挽肉白菜あんかけ煮 人参スティック煮	軟飯 豆乳味噌汁(白菜・しめじ) ハンバーグ 人参甘煮 りんご	軟飯 スープ(玉ねぎ) 豚挽肉白菜人参煮 オレンジ
29	金	粥 スープ 豆腐煮つぶし ほうれん草煮つぶし	粥 スープ 豆腐ほうれん草あんかけ煮 大根スティック煮	軟飯 味噌汁(豆腐・大根) 鶏肉竜田揚げ湯通し ほうれん草コーン和え グレープフルーツ赤	雑炊(ほうれん草・大根・コーン) 豆腐ステーキ バナナ
30	土	つぶし粥 スープ 人参煮つぶし	粥 スープ 豚挽肉玉ねぎあんかけ煮 人参スティック煮	ミートソーススパゲティ きゅうりの中華和え オレンジ	テーブルロール 麦茶 チーズ りんご