

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	土	つぶし粥 スープ 小松菜煮つぶし	粥 スープ 鶏挽肉小松菜あんかけ煮 人参スティック煮	五目うどん 小松菜ひじき和え オレンジ	テーブルロール 麦茶 チーズ りんご
3 ・ 24	月	つぶし粥 スープ 玉ねぎ煮つぶし ブロッコリー煮つぶし	粥 スープ 鶏挽肉玉ねぎあんかけ煮 ブロッコリー煮	軟飯 味噌汁(油揚げ・玉ねぎ) 鶏肉のチーズ焼き ブロッコリーマヨネーズ添え キウイ	軟飯 スープ(ブロッコリー) 鶏肉玉ねぎ煮 グレープフルーツ赤
4 ・ 18	火	つぶし粥 スープ 小松菜煮つぶし 人参煮つぶし	粥 スープ ほっけ小松菜あんかけ煮 人参スティック煮	軟飯 味噌汁(小松菜・麩) ほっけのゴマ焼き ごぼうと人参の炒め煮 バナナ	雑炊(ほっけ・人参・小松菜) 南瓜煮 オレンジ
5 ・ 19	水	つぶし粥 スープ 玉ねぎ煮つぶし じゃが芋煮つぶし	粥 スープ 鮭玉ねぎあんかけ煮 じゃが芋スティック煮	軟飯 石狩汁 豚肉の生姜焼き もやしのにりと和え グレープフルーツ白	軟飯 味噌汁(玉ねぎ) 豚肉じゃが芋人参煮 りんご
6 ・ 20	木	パン粥 スープ 豆腐煮つぶし 人参煮つぶし	パン粥 スティックパン スープ 豆腐玉ねぎあんかけ煮 人参スティック煮	テーブルロール スープ(豆腐・長ねぎ) ハンバーグ 人参ピースグラッセ風 オレンジ	軟飯 スープ(玉ねぎ) 豆腐人参あんかけ煮 バナナ
7 ・ 21	金	つぶし粥 スープ かはい煮つぶし ほうれん草煮つぶし	粥 スープ かはいほうれん草あんかけ煮 果物	軟飯 味噌汁(キャベツ・人参) かはいの変わり揚げ湯通し ほうれん草納豆和え りんご	軟飯 スープ(ほうれん草) かはいキャベツ人参煮 キウイ
8 ・ 22	土	つぶし粥 スープ 南瓜煮つぶし	粥 スープ 豚挽肉玉ねぎあんかけ煮 南瓜煮	醤油うどん 南瓜の含め煮 オレンジ	テーブルロール 麦茶 チーズ バナナ
11 ・ 25	火	つぶし粥 スープ 白菜煮つぶし 大根煮つぶし	粥 スープ 挽肉白菜あんかけ煮 大根スティック煮	軟飯 味噌汁(大根・ふのり) ツナ入りオムレツ 白菜のナムル りんご	軟飯 すまし汁(白菜) 大根玉ねぎツナ煮 キウイ
12 ・ 26	水	つぶし粥 スープ 豆腐煮つぶし チンゲン菜煮つぶし	粥 スープ 豆腐チンゲン菜あんかけ煮 果物	軟飯 味噌汁(豆腐・切干大根) ヒレカツ湯通し チンゲン菜コーン和え グレープフルーツ白	雑炊(チンゲン菜・コーン) 豆腐ステーキ バナナ
13 ・ 27	木	つぶし粥 スープ 小松菜煮つぶし じゃが芋煮つぶし	粥 スープ 鶏挽肉小松菜あんかけ煮 じゃが芋スティック煮	軟飯 チキンシチュー 小松菜ごまつな和え パイナップル	トースト スープ(小松菜) 鶏肉玉ねぎ人参煮 オレンジ
14 ・ 28	金	つぶし粥 スープ キャベツ煮つぶし 人参煮つぶし	粥 スープ 鮭キャベツあんかけ煮 人参スティック煮	軟飯 味噌汁(生揚げ・チンゲン菜) 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
29	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
17 ・ 31	月	つぶし粥 スープ 玉ねぎ煮つぶし じゃが芋煮つぶし	粥 スープ 鶏挽肉玉ねぎ煮 じゃが芋スティック煮	軟飯 味噌汁(じゃが芋・わかめ) 鶏肉きのこ煮 キャベツと人参のおかか和え キウイ	雑炊(鶏肉・人参) じゃが芋玉ねぎ煮 オレンジ

