



# 10月の離乳食献立表

令和4年9月末日発行

# まこと保育園分園

日	5~6か月頃	7~11ヶ月頃	7~11ヶ月頃
(曜)	午前の離乳食		午後の離乳食
3	おかゆ	おかゆ 豆腐のわかめあんかけ	おかゆ 魚のミルク煮
(月)	人参ペースト 野菜スープ	白菜のやわらか煮 野菜スープ	人参のやわらか煮 野菜スープ
4	おかゆ	おかゆ 鶏肉のあんかけ	おかゆ しらすの野菜あんかけ
(火)	人参ペースト 野菜スープ	きゅうりの海苔煮 野菜スープ	白菜のやわらか煮 野菜スープ
5	おかゆ	おかゆ 肉じゃが風	トマトあんかけうどん
(水)	じゃが芋ペースト 野菜スープ	キャベツのやわらか煮 野菜スープ	かぼちゃ煮 野菜スープ
6	おかゆ	おかゆ 鶏肉のきのこあんかけ	パン粥 煮魚
(木)	きゅうりペースト 野菜スープ	ほうれん草のやわらか煮 野菜スープ	野菜のコーンあんかけ 野菜スープ
7	おかゆ	おかゆ 鶏肉のあんかけ	おかゆ 豆腐のグリーンピースあんかけ
(金)	人参ペースト 野菜スープ	もやしのやわらか煮 野菜スープ	人参のやわらか煮 野菜スープ
11	おかゆ	おかゆ 大豆のやわらか煮	おかゆ 煮魚
(火)	大豆ペースト 野菜スープ	きゅうりのやわらか煮 野菜スープ	きゅうりのやわらか煮 野菜スープ
12	おかゆ	おかゆ 豆腐のわかめあんかけ	おかゆ 鶏肉のグリーンピースあんかけ
(水)	人参ペースト 野菜スープ	白菜のやわらか煮 野菜スープ	人参のやわらか煮 野菜スープ
13	おかゆ	おかゆ 豆腐のきのこあんかけ	おかゆ 鶏肉のあんかけ
(木)	かぼちゃペースト 野菜スープ	かぼちゃ煮 野菜スープ	キャベツのやわらか煮 野菜スープ
14	おかゆ	おかゆ 五目豆風	おかゆ 鶏肉のオレンジ煮
(金)	人参ペースト 野菜スープ	白菜のやわらか煮 野菜スープ	人参のやわらか煮 野菜スープ
17	おかゆ	おかゆ 五目豆風	野菜あんかけうどん
(月)	人参ペースト 野菜スープ	ほうれん草のやわらか煮 野菜スープ	大根のやわらか煮 野菜スープ
18	おかゆ	おかゆ 煮魚	おかゆ 豆腐の野菜あんかけ
(火)	かぼちゃペースト 野菜スープ	ブロッコリーのやわらか煮 野菜スープ	かぼちゃ煮 野菜スープ
19	おかゆ	おかゆ 鶏肉のあんかけ	パン粥 野菜の納豆あえ
(水)	人参ペースト 野菜スープ	なすのやわらか煮 野菜スープ	人参のコーンあんかけ 野菜スープ
20	おかゆ	おかゆ 豆腐のきのこ煮	おかゆ 納豆の野菜あんかけ
(木)	人参ペースト 野菜スープ	ほうれん草のやわらか煮 野菜スープ	白菜のやわらか煮 野菜スープ
21	おかゆ	おかゆ しらす煮	おかゆ 麩のトマト煮
(金)	きゅうりペースト 野菜スープ	きゅうりのやわらか煮 野菜スープ	大豆煮 野菜スープ
24	おかゆ	おかゆ 豆腐煮	わかめのあんかけうどん
(月)	人参ペースト 野菜スープ	もやしのやわらか煮 野菜スープ	キャベツのやわらか煮 野菜スープ
25	おかゆ	おかゆ 煮魚	おかゆ 鶏肉のあんかけ
(火)	さつまいもペースト 野菜スープ	キャベツのやわらか煮 野菜スープ	さつまいも煮 野菜スープ
26	おかゆ	おかゆ 豆腐のきのこあんかけ	パン粥 魚のオレンジ煮
(水)	人参ペースト 野菜スープ	白菜のやわらか煮 野菜スープ	人参のやわらか煮 野菜スープ
27	おかゆ	おかゆ 煮魚	おかゆ 豆腐のコーンあんかけ
(木)	じゃが芋ペースト 野菜スープ	大豆煮 野菜スープ	じゃが芋煮 野菜スープ
28	おかゆ	おかゆ 鶏肉のあんかけ	おかゆ 豆腐煮
(金)	人参ペースト 野菜スープ	ほうれん草のやわらか煮 野菜スープ	白菜のやわらか煮 野菜スープ
31	おかゆ	おかゆ 鶏肉のあんかけ	おかゆ 魚のわかめあんかけ
(月)	じゃが芋ペースト 野菜スープ	じゃが芋煮 野菜スープ	かぼちゃ煮 野菜スープ

☆初期は10倍かゆ、中期は7倍かゆ、後期は5倍かゆです。

☆後期は手に持って食べられるスティック野菜やトーストを取り入れます。

♪天候や食材等の都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。



