



10月 離乳食 献立

<今月のお誕生日会>

10月20日(火)



2020年度
そらまめ保育園

日付	もぐもぐ期 中期 (7~8か月)	かみかみ期 後期 (9~11カ月)	ばくばく期 完了期 (12~18か月)
1日 15日 (木)	午前 おかゆ ささみとにんじんの煮物 キャベツとかぶの和え物 野菜スープ	麦茶 おかゆ 豚肉のトマト煮 キャベツときゅうりのサラダ かぶのスープ スイートポテト 麦茶	牛乳 カレーライス カラフルサラダ かぶのスープ りんご スイートポテト 牛乳
	午後		
2日 16日 (金)	午前 おかゆ 豆腐と青菜の煮物 里芋の煮物 野菜スープ	麦茶 おかゆ 鶏肉の照り焼き 青菜の和え物 具だくさん汁 シュガートースト 麦茶	牛乳 軟飯 照りマヨチキン 青菜の納豆和え 具だくさん汁 ツナサンド 牛乳
	午後		
3日 (土)	午前 鶏ささみうどん 小松菜のだし和え 野菜スープ	麦茶 焼きうどん もやしの和え物 大根のすまし汁	牛乳 焼きそば もやし中華風和え物 大根のすまし汁 パイン缶 牛乳
	午後	せんべい 麦茶	せんべい 牛乳
5日 19日 (月)	午前 おかゆ たら煮物 さつまい芋の煮物 野菜スープ	麦茶 さつまい芋粥 オレンジ 鮭のバターしょうゆ焼き キャベツとにんじんの煮物 なすの味噌汁 きなこ蒸しパン 麦茶	牛乳 さつまい芋軟飯 オレンジ 鮭のバターしょうゆ焼き ひじきの煮物 キャベツとなすの味噌汁 きなこ蒸しパン 牛乳
	午後		
6日 (火)	午前 パン粥 ささみとじゃがいもの煮物 キャベツとにんじんのサラダ 野菜スープ	麦茶 パン いちごヨーグルト 豚肉のトマト煮 キャベツときゅうりのサラダ かぼちゃのスープ おかゆ粥 麦茶	牛乳 パン いちごヨーグルト ポークビーンズ 千切りサラダ かぼちゃのスープ ぎつねおにぎり 麦茶
	午後		
7日 21日 (水)	午前 おかゆ ささみと白菜のうま煮 小松菜とにんじんのだし和え 野菜スープ	麦茶 おかゆ 焼肉風炒め 小松菜の和え物 白菜のすまし汁 ピザ風蒸しパン 麦茶	牛乳 軟飯 焼肉風炒め 小松菜の和え物 白菜のすまし汁 手作りピザ 牛乳
	午後		
8日 29日 (木)	午前 おかゆ 豆腐の煮物 きゅうりとにんじんの和え物 野菜スープ	麦茶 おかゆ 豆腐とひき肉の味噌煮 きゅうりともやしの和え物 野菜スープ ホットケーキ 麦茶	牛乳 軟飯 マーボー豆腐 きゅうりとささみの中華和え にらとえのきのスープ ホットケーキ 牛乳
	午後		
9日 23日 (金)	午前 おかゆ ささみとトマトの煮物 ほうれん草の煮物 野菜スープ	麦茶 おかゆ 鶏肉の照り焼き ほうれん草のソテー トマトのスープ ミルクプリン 麦茶	牛乳 軟飯 鶏肉のコーンフレーク焼き ほうれん草とコーンのソテー トマトとえのきのスープ ミルクプリン 牛乳
	午後		

日付	もぐもぐ期 中期 (7~8か月)	かみかみ期 後期 (9~11カ月)	ばくばく期 完了期 (12~18か月)
10日 24日 (土)	午前 おかゆ ささみと玉ねぎの煮物 キャベツときゅうりの和え物 野菜スープ	麦茶 チャーハン風粥 ツナサラダ キャベツスープ せんべい 麦茶	牛乳 チャーハン ツナサラダ わかめスープ みかん缶 せんべい 牛乳
	午後		
12日 26日 (月)	午前 おかゆ 豆腐の煮物 ブロッコリーのおかか煮 野菜スープ	麦茶 おかゆ 豆腐とツナの炒め煮 ブロッコリーのおかか和え もやしのすまし汁 粉ふき芋 麦茶	牛乳 軟飯 豆腐とツナの炒め物 ブロッコリーのおかか和え わかめのすまし汁 いももち 牛乳
	午後		
13日 27日 (火)	午前 ささみとにんじんのうどん 白菜の煮物 野菜スープ	麦茶 ミートソースうどん キャベツとにんじんのサラダ 白菜のスープ オレンジ りんごケーキ 麦茶	牛乳 ミートソースパグゲッティ コールスローサラダ 白菜とえのきのスープ オレンジ りんごケーキ 牛乳
	午後		
14日 28日 (水)	午前 おかゆ たらとチンゲンサイの煮物 里芋の煮物 野菜スープ	麦茶 おかゆ かじきの照り焼き 里芋の煮物 チンゲン菜のみそ汁 お好み焼き 麦茶	牛乳 ひじき軟飯 かじきの竜田焼き 里芋のそぼろ煮 しめじのみそ汁 お好み焼き 牛乳
	午後		
17日 31日 (土)	午前 ささみと野菜のうどん じゃがいもの煮物 野菜スープ	麦茶 けんちんうどん じゃがいもの和え物 バナナ せんべい 麦茶	牛乳 けんちんうどん ちくわの磯辺焼き じゃがいもの和え物 バナナ せんべい 牛乳
	午後		
22日 (木)	午前 おかゆ ささみと白菜の煮物 ほうれん草のだし和え 野菜スープ	麦茶 おかゆ いちごヨーグルト 豚肉と野菜煮 もやしの和え物 わかめスープ ぎょうざまん 麦茶	牛乳 中華丼 ナムル 中華スープ いちごヨーグルト ぎょうざまん 牛乳
	午後		
ハロウィン 献立 30日 (金)	午前 おかゆ ささみと小松菜の煮物 キャベツとにんじんのだし和え 野菜スープ	麦茶 おかゆ バナナ 鶏肉の照り焼き 野菜サラダ 小松菜のスープ かぼちゃプリン 麦茶	牛乳 ピラフ風軟飯 バナナ 鶏肉の照り焼き ドレッシングサラダ きのこスープ かぼちゃプリン 牛乳
	午後		
誕生日 献立 20日 (火)	午前 パン粥 かぼちゃとささみの煮物 ブロッコリーサラダ 野菜スープ	麦茶 パン りんご かぼちゃとひき肉の煮物 フレンチサラダ はるさめスープ さつまいも蒸しパン 麦茶	牛乳 パン フルーツポンチ かぼちゃスコップコロック フレンチサラダ はるさめスープ さつまいもケーキ 牛乳
	午後		

※発注の状況により、献立を変更する場合があります。
※個人の摂取状況に合わせた形状で提供しております。