



10月 離乳食献立

<今月のお誕生日会>



2024年度
そらまめ

日付	もくもく期 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 (火)	午前 おかゆ ささみとキャベツの煮物 さといものだし煮 野菜スープ	おかゆ バナナヨーグルト 豚肉の醤油炒め いもみそ ねぎのすまし汁	牛乳 軟飯 バナナヨーグルト 豚肉と厚揚げの醤油炒め いもみそ れんこんのすまし汁
	午後	きな粉トースト	牛乳 きな粉トースト
2日 (水)	午前 おかゆ ささ身とこまつなのだし煮 はくさいのくたくた煮 野菜スープ	おかゆ オレンジ 鶏肉のケチャップ炒め もやしの和え物 白菜のスープ	牛乳 軟飯 オレンジ ヤンニョムチキン風(焼き) 4色ナムル きのこ白菜のスープ
	午後	バナナケーキ	牛乳 バナナケーキ
3日 17日 (木)	午前 おかゆ タラのだし煮 こまつなのくたくた煮 野菜スープ	おかゆ メカジキの照り焼き 大根サラダ 豆腐のみそ汁	牛乳 軟飯 みかん缶 メカジキの照り焼き 大根サラダ とうふのみそ汁
	午後	ほうれん草ケーキ	牛乳 ポパイケーキ
4日 18日 (金)	午前 煮込みうどん さつまいものうま煮 野菜スープ	ナポリタン パナナ さつまいもサラダ 野菜スープ	牛乳 ナポリタン パナナ さつまいもサラダ 具沢山野菜スープ
	午後	あおのり粥	牛乳 あおのり軟飯
5日 19日 (土)	午前 煮込みうどん 白菜のとうろ煮 野菜スープ	煮込みうどん 白菜のしょうゆ和え 豆腐のすまし汁	牛乳 焼きうどん 白菜の甘酢和え 豆腐のすまし汁
	午後	せんべい	牛乳 ウエハース クッキー
7日 21日 (月)	午前 おかゆ ささ身の煮物 ブロッコリーのとうろ煮 野菜スープ	おかゆ オレンジ 豚肉のすき焼き風 ブロッコリーの白和え 麩の味噌汁	牛乳 軟飯 オレンジ 豚肉のすき焼き風 ブロッコリーの白和え 麩の味噌汁
	午後	チヂミ	牛乳 チヂミ
8日 22日 (火)	午前 おかゆ ささ身とたまねぎのだし煮 やわらか煮 野菜スープ	おかゆ パナナ 鶏肉のソース煮 わかめサラダ はるさめスープ	牛乳 軟飯 パナナ 蓮根と鶏肉のソース煮 わかめサラダ はるさめスープ
	午後	ブルーベリーヨーグルト	牛乳 ブルーベリーヨーグルト
9日 23日 (水)	午前 おかゆ とうふとたまねぎの煮物 かぼちゃのくたくた煮 野菜スープ	おかゆ 豆腐つくね さといもの煮物 かぼちゃのみそ汁	牛乳 軟飯 黄桃缶 豆腐つくね ひじきの煮物 かぼちゃのみそ汁
	午後	和風パスタ	牛乳 和風パスタ

日付	もくもく期 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 (木)	午前 おかゆ たらと大根の煮物 小松菜のひたひた煮 野菜スープ	おかゆ たらと大根の煮物 こまつなの和え かぶのすまし汁	牛乳 軟飯 たらのみぞれあんかけ こまつなの和えもの かぶと油揚げのすまし汁
	午後	ケーキ	牛乳 ココアケーキ
11日 (金)	午前 パンがゆ ささ身の煮物 ほうれん草のだし煮 野菜スープ	パン すりおろしりんご 鶏肉のケチャップ炒め ほうれん草のソテー トマトスープ	牛乳 パン すりおろしりんご 鶏肉のカレーパン粉焼き ほうれん草のソテー トマトスープ
	午後	鮭粥	牛乳 鮭軟飯
12日 26日 (土)	午前 おかゆ ささ身のうま煮 キャベツの柔らか煮 野菜スープ	おかゆ 鶏肉のうま煮 もやしの和えもの ほうれん草のすまし汁	牛乳 焼き鳥丼 もやしのゆかり和え 厚揚げすまし汁
	午後	せんべい	牛乳 ウエハース クッキー
15日 29日 (火)	午前 おかゆ ささ身ときゃべつのだし煮 ほうれん草のとうろ煮 野菜スープ	おかゆ オレンジ 鶏肉と野菜の炒め物 もやしときゅうりのサラダ ほうれん草のみそ汁	牛乳 鶏肉野菜丼 もやしとひじきのサラダ なめこのみそ汁 オレンジ
	午後	こふきいも	牛乳 こふきいも
16日 30日 (水)	午前 おかゆ ささみのやわらか煮 かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ パナナ ポークチャップ 花野菜サラダ かぼちゃスープ	牛乳 軟飯 パナナ ポークチャップ 花野菜サラダ かぼちゃスープ
	午後	蒸しパン	牛乳 蒸しパン
28日 (月)	午前 おかゆ 豆腐の煮物 はくさいのだし煮 野菜スープ	おかゆ 麻婆なす もやしサラダ はくさいスープ	牛乳 麻婆なす丼 もやしの中華サラダ はくさいスープ
	午後	牛乳寒天	牛乳 フルーツ寒天
誕生日 献立 25日 (金)	午前 おかゆ ささ身の煮物 小松菜のくたくた煮 野菜スープ	おかゆ オレンジ ささ身のケチャップ炒め ツナサラダ こまつなスープ	牛乳 ピラフ オレンジ クリスマスチキン(焼き) ツナサラダ 具たくさんきのこスープ
	午後	いちごジャムケーキ	牛乳 フルーツパフェ
ハロウィン 献立 31日 (木)	午前 おかゆ ささみのだし煮 かぼちゃのやわらか煮 野菜スープ	おかゆ オレンジ 豚肉のトマト煮 きゃべつのサラダ オニオンスープ	牛乳 ハロウィンカレー きゃべつのフレンチサラダ オニオンスープ オレンジ
	午後	かぼちゃプリン	牛乳 かぼちゃプリン

※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。

	完了期	後期	中期
主食	60g(軟飯)	60g	60g
主菜		30g	35g
副菜	幼児食の80%	25g	23g
汁物		85g	60g

今月の郷土料理(新潟)

いもみそ