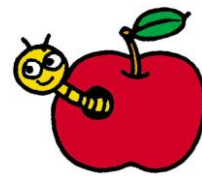




10月離乳食献立表



2019. 10. 1

たかさご保育園キッチン

日	曜	後期食期 午前 (10:00~)	完了食期 昼食 (10:15~)	後期食期 午後 (14:00~)	完了食期おやつ (14:15~)
15 29	火	かゆ、 肉じゃが (豚ひき肉、人参、玉ねぎ、じゃがいも) 野菜スープ (人参、玉ねぎ、キャベツ)	軟飯、肉じゃが 野菜スープ 生鮭のバター焼き	かゆ、煮魚 (生鮭) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ)	おかゆ雑炊 牛乳、果物
2, 16 30	水	かゆ、煮魚 (かじき) 煮ひたし (小松菜、人参) 味噌汁 (玉ねぎ、わかめ)	軟飯、煮魚 煮ひたし、玉ねぎの味噌汁 かぼちゃのバター煮	かゆ、かぼちゃの甘煮 (かぼちゃ) 野菜スープ (鶏ひき肉、大根、人参、長ねぎ)	鶏そぼろ雑炊 牛乳、果物
3, 17 31	木	かゆ、煮魚 (白身魚) 野菜の煮物 (キャベツ、人参) 味噌汁 (かぶ、かぶの葉、長ねぎ)	軟飯、煮魚 野菜の煮物、かぶの味噌汁 人参のバター煮	かゆ、スティックポテト (じゃがいも) かじき入りスープ (大根、人参、長ねぎ、かじき)	かじき雑炊 牛乳、果物
4 18	金	かゆ、豚ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、人参、大根、さつまいも) 味噌汁 (豆腐、なめこ、長ねぎ)	軟飯、豚ひき肉と野菜の煮物 豆腐となめこの味噌汁 ゆでブロッコリー	かゆ、ゆでブロッコリー (ブロッコリー) 鮭入りスープ (大根、人参、長ねぎ、生鮭)	鮭雑炊 牛乳、果物
5 19	土	かゆ、煮魚 (白身魚) じゃがいもの甘煮 (じゃがいも) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ)	軟飯、煮魚、じゃがいもの甘煮 野菜スープ (後期食と同じ) スティックチーズ	野菜雑炊 (大根、人参、長ねぎ)	野菜雑炊 牛乳
7 21	月	かゆ、煮魚 (白身魚) 煮ひたし (小松菜、大根) 味噌汁 (人参、玉ねぎ)	軟飯、煮魚、煮ひたし 人参と玉ねぎの味噌汁 じゃがいもの甘煮	かゆ、人参の甘煮 (人参) 野菜スープ (大根、玉ねぎ、長ねぎ、かぼちゃ)	かぼちゃ雑炊 牛乳、果物
8	火	かゆ、豚ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、人参、玉ねぎ、えのき、しめじ) 野菜スープ ((ほうれんそう、人参、玉ねぎ)	軟飯、豚ひき肉と野菜の煮物 チキンスープ 人参の甘煮	じゃがいものトマト煮 (じゃがいも、人参、玉ねぎ、トマト、生鮭) 野菜スープ (大根、長ねぎ)	じゃがいもの トマト煮 牛乳、果物
9	水	かゆ、煮魚 (生鮭) 野菜の煮物 (大根、人参) 味噌汁 (じゃがいも、長ねぎ)	軟飯、煮魚、野菜の煮物 じゃがいもの味噌汁 ウインナーソテー	かゆ、煮ひたし (人参、玉ねぎ) たら入りスープ (大根、人参、長ねぎ、たら)	たら雑炊 牛乳、果物
10 24	木	かゆ、煮魚 (白身魚) 煮ひたし (えのき、しめじ、椎茸、人参) 味噌汁 (かぼちゃ、人参)	軟飯、煮魚、煮ひたし かぼちゃの味噌汁 マカロニのケチャップ煮	かゆ、スティック野菜 (大根) しらす入りスープ (人参、玉ねぎ、長ねぎ、しらす)	しらす雑炊 牛乳、果物
11	金	あんかけ丼 (豚ひき肉、人参、春雨、玉ねぎ、椎茸) じゃがいもの甘煮 (じゃがいも) 味噌汁 (大根、長ねぎ)	あんかけ丼、じゃがいもの甘煮 大根と油揚げの味噌汁 りんごの甘煮	かゆ、豆腐の煮物 (豆腐) 味噌汁 (大根、人参、長ねぎ、かじき)	味噌雑炊 牛乳、果物
12 26	土	かゆ、豚ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、人参、玉ねぎ、かぼちゃ) 野菜スープ (玉ねぎ、キャベツ、人参)	軟飯、豚ひき肉の野菜の煮物 野菜スープ 煮魚	野菜雑炊 (人参、玉ねぎ、キャベツ、かぼちゃ)	野菜雑炊 牛乳
28	月	かゆ、煮魚 (白身魚) おかゆ煮 (キャベツ、もやし、かつお節) 味噌汁 (里芋、人参)	軟飯、煮魚、おかゆ煮 里芋の味噌汁 大根の甘煮	かゆ、豆腐の煮物 (豆腐) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ、さつまいも)	さつまいも雑炊 牛乳、果物
1	火	かゆ、鶏ひき肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉、人参、大根、長ねぎ) 野菜スープ (人参、玉ねぎ、じゃがいも)	軟飯、鶏ひき肉と野菜の煮物 ポテトスープ 生鮭のバター焼き	かゆ、煮魚 (生鮭) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ)	おかゆ雑炊 牛乳、果物
23	水	かゆ、煮魚 (白身魚) ひじきの煮物 (ひじき、大豆、人参) 味噌汁 (大根、人参、さつまいも)	軟飯、煮魚、ひじきの煮物 さつまい汁 ウインナーソテー	かゆ、煮ひたし (人参、玉ねぎ) たら入りスープ (大根、人参、長ねぎ、たら)	たら雑炊 牛乳、果物
25	金	かゆ、煮魚 (生鮭) 煮ひたし (チンゲン菜、もやし) すまし汁 (えのき、長ねぎ、大根)	軟飯、煮魚、煮ひたし 麩とえのきのすまし汁 りんごの甘煮	かゆ、じゃがいもの甘煮 (じゃがいも) 味噌汁 (大根、人参、長ねぎ、かじき)	味噌雑炊 牛乳、果物

*都合により材料が変更になる場合があります。