



# 10月 離乳食献立表



令和6年9月30日

荘原保育園

	3 回 食			3 回 食	
	献立	材 料		献立	材 料
10/1 (火)	軟飯又はお粥 魚と野菜煮 和え物 野菜スープ	米 白身魚、玉ねぎ 小松菜、人参、ひじき 玉ねぎ、人参、もやし	10/17 (木)	軟飯又はお粥 ささ身と野菜煮 和え物 野菜スープ	米 鶏ささ身、きゅうり 小松菜、人参、ひじき かぼちゃ、玉ねぎ、キャベツ
10/2 (水)	軟飯又はお粥 ささ身の照り焼き 和え物 野菜スープ	米 鶏ささ身 キャベツ、人参 玉ねぎ、人参、さつまいも	10/18 (金)	軟飯又はお粥 焼き魚 サラダ 野菜スープ	米 鮭 かぼちゃ、キャベツ 玉ねぎ、ほうれん草、人参
10/3 (木)	軟飯又はお粥 魚のムニエル お浸し 野菜スープ	米 白身魚、小麦粉 小松菜、人参 キャベツ、玉ねぎ、もやし	10/21 (月)	軟飯又はお粥 ささ身の照り焼き スティック煮 野菜スープ	米 鶏ささ身 きゅうり、大根、人参 玉ねぎ、豆腐、もやし
10/4 (金)	軟飯又はお粥 つくね焼き サラダ 野菜スープ	米 豆腐、ひじき、鶏ミンチ、玉ねぎ キャベツ、きゅうり 玉ねぎ、人参、きゅうり	10/22 (火)	軟飯又はお粥 焼き魚 和え物 野菜スープ	米 白身魚 キャベツ、もやし 白菜、人参、さつまいも
10/7 (月)	軟飯又はお粥 焼き魚 和え物 野菜スープ	米 鮭 きゅうり、人参 豆腐、玉ねぎ、人参	10/23 (水)	軟飯又はお粥 つくね焼き サラダ 野菜スープ	米 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 じゃがいも、きゅうり 玉ねぎ、人参、きゅうり
10/8 (火)	軟飯又はお粥 ささ身と野菜煮 和え物 野菜スープ	米 鶏ささ身、じゃがいも 青梗菜、人参 じゃがいも、玉ねぎ、人参	10/24 (木)	軟飯又はお粥 ささ身の照り焼き 和え物 野菜スープ	米 鶏ささ身 小松菜、人参、もやし さつまいも、玉ねぎ、人参
10/9 (水)	軟飯又はお粥 ささ身の照り焼き サラダ 野菜スープ	米 鶏ささ身 トマト、きゅうり キャベツ、玉ねぎ、もやし	10/25 (金)	軟飯又はお粥 魚の照り焼き 和え物 野菜スープ	米 白身魚 ほうれん草、もやし、人参 豆腐、大根、玉ねぎ
10/10 (木)	軟飯又はお粥 ささ身の照り焼き 和え物 野菜スープ	米 鶏ささ身 ほうれん草、人参 青梗菜、もやし、人参	10/28 (月)	軟飯又はお粥 つくね焼き サラダ 野菜スープ	米 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 もやし、青梗菜、ひじき じゃがいも、大根、人参
10/11 (金)	軟飯又はお粥 魚の照り焼き スティック煮 野菜スープ	米 白身魚 きゅうり、人参 もやし、チンゲン菜、人参	10/29 (火)	軟飯又はお粥 ささ身と野菜煮 スティック煮 野菜スープ	米 鶏ささ身、玉ねぎ きゅうり、人参 人参、大根、じゃがいも
10/14 (月)	スポーツの日		10/30 (水)	軟飯又はお粥 魚の照り焼き サラダ 野菜スープ	米 白身魚 大根、人参、きゅうり さつまいも、玉ねぎ、人参
10/15 (火)	手作り弁当の日 (手作り弁当の準備をお願いします。)		10/31 (木)	軟飯又はお粥 ささ身と野菜煮 和え物 野菜スープ	米 鶏ささ身、さつまいも キャベツ、きゅうり 大根、人参、もやし
10/16 (水)	軟飯又はお粥 ささ身と野菜煮 サラダ 野菜スープ	米 鶏ささ身、じゃがいも キャベツ、人参 ブロッコリー、さつまいも、玉ねぎ			

- \* 献立は都合により変更することがあります。
- \* 保育園の離乳食には、おうちで食べられた食品のみを使用致します。
- \* 少量の醤油、味噌、みりん、三温糖を使用する場合があります。

