



10月 離乳食献立表



令和7年9月30日

莊原保育園

	3 回 食			3 回 食	
	献 立	材 料		献 立	材 料
1 (水)	軟飯又はお粥 魚の野菜あんかけ 和え物 野菜スープ	米 鮭、玉ねぎ、人参 春雨、きゅうり、かぼちゃ さつま芋、小松菜、人参	17 (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 キャベツ、人参 人参、白菜、さつま芋
2 (木)	軟飯又はお粥 ササミと野菜煮 和え物 野菜スープ	米 鶏ささ身、ほうれん草 キャベツ、人参 じゃが芋、玉ねぎ、豆腐	20 (月)	軟飯又はお粥 魚のムニエル スティック煮 野菜スープ	米 白身魚、小麦粉 人参、きゅうり 玉ねぎ、豆腐、麩、人参
3 (金)	軟飯又はお粥 つくね焼き お浸し 野菜スープ	米 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 青梗菜、人参 さつま芋、玉ねぎ、人参、麩	21 (火)	軟飯又はお粥 鶏むね肉と野菜煮 納豆和え 野菜スープ	米 鶏むね肉、小松菜 キャベツ、人参、ひきわり納豆 じゃが芋、玉ねぎ、人参
6 (月)	軟飯又はお粥 ササミの照り焼き サラダ 野菜スープ	米 鶏ささ身 マカロニ、きゅうり、トマト かぼちゃ、人参、玉ねぎ	22 (水)	軟飯又はお粥 つくね焼き お浸し 野菜スープ	米 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 ほうれん草、人参 さつま芋、玉ねぎ、小松菜
7 (火)	軟飯又はお粥 魚のムニエル 和え物 野菜スープ	米 白身魚、小麦粉 ほうれん草、ひじき、人参 人参、玉ねぎ、さつま芋	23 (木)	軟飯又はお粥 ササミの照り焼き コロコロサラダ 野菜スープ	米 鶏ささ身 じゃが芋、ブロッコリー、人参 トマト、玉ねぎ、キャベツ
8 (水)	軟飯又はお粥 つくね焼き コロコロサラダ 野菜スープ	米 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 さつま芋、きゅうり、トマト 人参、キャベツ、玉ねぎ	24 (金)	軟飯又はお粥 焼き魚 和え物 野菜スープ	米 鮭 ブロッコリー、じゃが芋、ひじき さつま芋、玉ねぎ、人参
9 (木)	軟飯又はお粥 魚の照り焼き お浸し 野菜スープ	米 鮭 小松菜、人参 かぼちゃ、きゅうり、玉ねぎ、豆腐	27 (月)	軟飯又はお粥 ササミと野菜煮 サラダ 野菜スープ	米 鶏ささ身、人参 さつま芋、きゅうり キャベツ、玉ねぎ、大根
10 (金)	軟飯又はお粥 ササミの照り焼き サラダ 野菜スープ	米 鶏ささ身 じゃが芋、ブロッコリー キャベツ、人参、玉ねぎ	28 (火)	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 人参、きゅうり じゃが芋、キャベツ、玉ねぎ
13 (月)	スポーツの日		29 (水)	煮込みうどん つくね焼き さつま芋煮	うどん、人参、きゅうり、キャベツ 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 さつま芋
14 (火)	軟飯又はお粥 ササミと野菜煮 スティック煮 野菜スープ	米 鶏ささ身、トマト 人参、きゅうり 玉ねぎ、じゃが芋、人参	30 (木)	軟飯又はお粥 ササミの照り焼き お浸し 野菜スープ	米 鶏ささ身 ほうれん草、人参 玉ねぎ、人参、さつま芋
15 (水)	手作り弁当の日 (手作り弁当の準備をお願いします。)		31 (金)	軟飯又はお粥 白身魚の照り焼き お浸し 野菜スープ	米 白身魚 ほうれん草、人参 玉ねぎ、大根、かぼちゃ
16 (木)	軟飯又はお粥 魚のムニエル コロコロサラダ 野菜スープ	米 白身魚、小麦粉 さつま芋、きゅうり 人参、キャベツ、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。

