



10月 献立表 (離乳食)



日付	曜日	午前おやつ (中期・後期)	献立名 離乳(初期) パースト食	献立名 離乳(中期)	献立名 離乳(後期)	午後おやつ (中期・後期)	日付	曜日	午前おやつ (中期・後期)	献立名 離乳(初期) パースト食	献立名 離乳(中期)	献立名 離乳(後期)	午後おやつ (中期・後期)
1	火	人参の煮物	10倍がゆ ほうれん草のペースト 豆腐のペースト キャベツのペースト	鶏肉とキャベツの味噌つくね ほうれん草の煮浸し 7倍がゆ すまし汁	鶏肉とキャベツの味噌つくね ほうれん草の煮浸し 5倍がゆ すまし汁	フルーツ(バナナ)	17	木	大根の煮物	10倍がゆ じゃが芋のペースト キャベツのペースト 大根のペースト	じゃがいものそぼろ煮 キャベツの煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	じゃがいものそぼろ煮 キャベツの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	フルーツ(オレンジ)
2	水	ポーロ	10倍がゆ さつまいのペースト 人参のペースト 小松菜のペースト	白身魚の煮付 蒸しさつまい 7倍がゆ 味噌汁	白身魚の煮付 蒸しさつまい 5倍がゆ 味噌汁	プレーン蒸しパン	18	金	せんべい	10倍がゆ 小松菜のペースト 人参のペースト ブロッコリーのペースト	鶏肉と大根のおじや ブロッコリーの煮浸し フルーツ(バナナ)	豚肉と大根のおじや ブロッコリーの煮浸し フルーツ(バナナ)	蒸しさつまいも
3	木	蒸し南瓜	10倍がゆ キャベツのペースト 大根のペースト じゃが芋のペースト	じゃがいものそぼろ煮 大根の煮物 7倍がゆ 味噌汁	じゃがいものそぼろ煮 大根の煮物 5倍がゆ 味噌汁	ホットケーキ	19	土	蒸し南瓜	10倍がゆ キャベツのペースト じゃが芋のペースト 人参のペースト	鶏肉と小松菜のうどん じゃが芋の旨煮 キャベツの煮浸し	鶏肉と小松菜のうどん じゃが芋の旨煮 キャベツの煮浸し	せんべい
5	土	蒸しさつまいも	10倍がゆ 玉ねぎのペースト かぼちゃのペースト ブロッコリーのペースト	鶏肉と野菜のあんかけうどん 南瓜の煮物 ブロッコリーの煮浸し	鶏肉と野菜のあんかけうどん 南瓜の旨煮 ブロッコリーの煮浸し	せんべい	21	月	せんべい	10倍がゆ じゃが芋のペースト ほうれん草のペースト 玉ねぎのペースト	ツナじゃが ほうれん草の煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	ツナじゃが ほうれん草の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	フルーツ(オレンジ)
7	月	せんべい	10倍がゆ 小松菜のペースト 人参のペースト さつまいのペースト	白身魚のあんかけ 小松菜の煮浸し 7倍がゆ すまし汁	白身魚のあんかけ 小松菜の煮浸し 5倍がゆ すまし汁	フルーツ(オレンジ)	23	水	マンナウエハース	10倍がゆ キャベツのペースト 玉ねぎのペースト ほうれん草のペースト	しらすとキャベツの煮物 ほうれん草の煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	しらすとキャベツの煮物 ほうれん草の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	プレーン蒸しパン
8	火	大根の煮物	10倍がゆ 玉ねぎのペースト ほうれん草のペースト じゃが芋のペースト	ツナとほうれん草の煮物 じゃが芋の煮物 7倍がゆ 味噌汁	ツナとほうれん草の煮物 じゃが芋の煮物 5倍がゆ 味噌汁	プレーン蒸しパン	24	木	せんべい	10倍がゆ じゃが芋のペースト 人参のペースト チンゲン菜のペースト	照焼ハンバーグ チンゲン菜の煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	照焼ハンバーグ チンゲン菜の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	フルーツ(バナナ)
9	水	マンナウエハース	10倍がゆ 大根のペースト 豆腐のペースト チンゲン菜のペースト	鶏肉とチンゲン菜のおじや 大根の煮物 フルーツ(オレンジ)	鶏肉とチンゲン菜のおじや 大根の煮物 フルーツ(オレンジ)	蒸しさつまいも	25	金	人参の煮物	10倍がゆ じゃが芋のペースト 小松菜のペースト かぼちゃのペースト	しらすとわかめのうどん 蒸し南瓜 大根の煮物	しらすとわかめのうどん 蒸し南瓜 大根の煮物	にんじん蒸しパン
10	木	蒸し南瓜	10倍がゆ 豆腐のペースト キャベツのペースト ブロッコリーのペースト	豆腐としらすのあんかけ ブロッコリーの煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	豆腐としらすのあんかけ ブロッコリーの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	フルーツ(バナナ)	26	土	蒸しじゃがいも	10倍がゆ 豆腐のペースト ブロッコリーのペースト チンゲン菜のペースト	鶏肉と豆腐のおじや ブロッコリーの煮浸し チンゲン菜の煮浸し	鶏肉と豆腐のおじや ブロッコリーの煮浸し チンゲン菜の煮浸し	せんべい
11	金	人参の煮物	10倍がゆ 小松菜のペースト 人参のペースト さつまいのペースト	白身魚と小松菜のうどん 蒸しさつまい フルーツ(巨峰)	白身魚と小松菜のうどん 蒸しさつまい フルーツ(巨峰)	野菜おじや	28	月	せんべい	10倍がゆ キャベツのペースト 人参のペースト 豆腐のペースト	そぼろ豆腐 キャベツの煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	そぼろ豆腐 キャベツの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	蒸しじゃがいも
12	土	大根の煮物	10倍がゆ かぼちゃのペースト キャベツのペースト 玉ねぎのペースト	鶏そぼろと野菜のあんかけ 蒸し南瓜 すまし汁	鶏肉と野菜のあんかけ 蒸し南瓜 すまし汁	せんべい	29	火	蒸し南瓜	10倍がゆ ブロッコリーのペースト 玉ねぎのペースト じゃが芋のペースト	照焼ハンバーグ ブロッコリーの煮浸し 7倍がゆ すまし汁	照焼ハンバーグ ブロッコリーの煮浸し 5倍がゆ すまし汁	ホットケーキ
15	火	マンナウエハース	10倍がゆ チンゲン菜のペースト 豆腐のペースト さつまいのペースト	豆腐としらすのあんかけ 蒸しさつまい 7倍がゆ 味噌汁	豆腐としらすのあんかけ 蒸しさつまい 5倍がゆ 味噌汁	煮込みうどん	30	水	ポーロ	10倍がゆ 人参のペースト さつまいのペースト キャベツのペースト	白身魚の煮付 蒸しさつまい 7倍がゆ 味噌汁	白身魚の煮付 蒸しさつまい 5倍がゆ 味噌汁	フルーツ(りんご)
16	水	ポーロ	10倍がゆ 玉ねぎのペースト ほうれん草のペースト 白菜のペースト	白身魚の煮付 ほうれん草の煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	白身魚の煮付 ほうれん草の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	食パン	31	木	大根の煮物	10倍がゆ 小松菜のペースト 玉ねぎのペースト かぼちゃのペースト	鶏肉と小松菜のおじや 蒸し南瓜 フルーツ(オレンジ)	豚肉と小松菜のおじや 蒸し南瓜 フルーツ(オレンジ)	フルーツ(バナナ)