

# 10月の予定献立表（後期離乳食：9～11ヶ月）



日 ／ 曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ）			日 ／ 曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ）			10時おやつ 3時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 （月）	かえて運動会				19 （水）	軟飯 野菜スープ たらの野菜あんかけ 里芋の煮物	米、さといも	ミルク、たら	ほうれんそう、にんじん、バナナ	ミルク やさいビスケット ミルク バナナ
03 （月）	軟飯 野菜スープ たらの野菜あんかけ ほうれんそうの煮浸し	米	ミルク、たら、ヨーグルト	ほうれんそう、にんじん、だいこん	20 （木）	軟飯 野菜スープ しらすの野菜あんかけ じゃがいもの煮物	じゃがいも、米	ミルク、さけ、しら	たまねぎ、にんじん	ミルク マンナビスケット ミルク 鮭がゆ
04 （火）	軟飯 野菜スープ 豆腐の野菜あんかけ 人参の煮物	米	ミルク、豆腐	ほうれんそう、バナナ、にんじん、たまねぎ	21 （金）	軟飯 野菜スープ 鶏ひき肉の野菜あんかけ かぼちゃの甘煮	米、さといも	ミルク、鶏肉、ヨーグルト	かぼちゃ、にんじん	ミルク ベビーせんべい ミルク ヨーグルト
05 （水）	軟飯 野菜スープ 鶏ひき肉の野菜あんかけ 里芋の煮物	米、さといも	ミルク、さけ、鶏肉	ほうれんそう、にんじん	22 （土）	軟飯 野菜スープ 豆腐の野菜あんかけ キャベツの炒り煮	米	ミルク、豆腐	にんじん、ほうれんそう、キャベツ、のり	ミルク やさいビスケット ミルク おじや
06 （木）	軟飯 野菜スープ しらすの野菜あんかけ さつまいもの煮物	さつまいも、米	ミルク、しらす	たまねぎ、にんじん、りんご	24 （月）	軟飯 野菜スープ 鶏ひき肉の野菜あんかけ 人参の煮物	米	ミルク、鶏肉	たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、プロッコリー	ミルク ウェハース ミルク かぼちゃマッシュ
07 （金）	軟飯 野菜スープ かれの野菜あんかけ 人参の煮物	米、	ミルク、かれい	かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、プロッコリー	25 （火）	軟飯 野菜スープ 豆腐の野菜あんかけ ほうれんそうの煮浸し	米	ミルク、豆腐、ヨーグルト	ほうれんそう、キャベツ、たまねぎ	ミルク 小魚せんべい ミルク ヨーグルト
08 （土）	軟飯 野菜スープ 鶏肉の野菜あんかけ きゃべつの煮物	米、じゃがいも	ミルク、豆腐	にんじん、キャベツ	26 （水）	軟飯 野菜スープ かれの野菜あんかけ 大根の炒り煮	米	ミルク、かれい	だいこん、ほうれんそう、バナナ、にんじん	ミルク やさいビスケット ミルク バナナ
10 （月）	スポーツの日				27 （木）	軟飯 野菜スープ しらすの野菜あんかけ キャベツの炒り煮	米	ミルク、しらす	だいこん、キャベツ、にんじん、コーン	ミルク マンナビスケット ミルク コーン粥
11 （火）	軟飯 野菜スープ 豆腐の野菜あんかけ ほうれんそうの煮浸し	米、さつまいも	ミルク、豆腐	ほうれんそう、にんじん、たまねぎ	28 （金）	軟飯 野菜スープ たらの野菜あんかけ プロッコリーの煮物	米	ミルク、たら	ほうれんそう、にんじん、プロッコリー、りんご	ミルク ベビーせんべい ミルク 煮りんご
12 （水）	軟飯 野菜スープ 鶏肉の野菜あんかけ プロッコリーの煮浸し	米	ミルク、鶏肉	にんじん、だいこん、のり、プロッコリー	29 （土）	軟飯 野菜スープ 鶏ひき肉の野菜あんかけ 人参の煮物	米、さつまいも	ミルク、鶏肉	たまねぎ、キャベツ、にんじん	ミルク やさいビスケット ミルク さつまいもマッシュ
13 （木）	軟飯 野菜スープ しらすの野菜あんかけ かぼちゃの煮物	米	ミルク、しらす、ヨーグルト	かぼちゃ、にんじん、プロッコリー	31 （月）	軟飯 野菜スープ 豆腐の野菜あんかけ かぼちゃの煮物	米	ミルク、豆腐、ヨーグルト	にんじん、たまねぎ、かぼちゃ	ミルク ウェハース ミルク ヨーグルト
14 （金）	軟飯 野菜スープ 鶏肉の野菜あんかけ きゃべつの煮物	米	ミルク、豆腐	たまねぎ、ほうれんそう、キャベツ、りんご						
15 （土）	軟飯 野菜スープ 豆腐の野菜あんかけ 大根の煮物	米	ミルク、豆腐	かぼちゃ、にんじん、だいこん、プロッコリー						
17 （月）	軟飯 野菜スープ しらすの野菜あんかけ 人参の煮物	米、さといも	ミルク、しらす	たまねぎ、にんじん、コーン						
18 （火）	軟飯 野菜スープ 鶏ひき肉の野菜あんかけ ほうれんそうの煮浸し	米、さつまいも	ミルク、鶏肉	ほうれんそう、にんじん、キャベツ						

☆食材の都合により献立に変更が生じる場合があります。  
変更の際は追って連絡致します。

☆食材の形態はお子様の食事の進み具合にあわせて進めていきます。  
新たに口にしたい食材がありましたら職員までお声掛けください。



# 10月の予定献立表 (完了離乳食：12ヶ月～)



日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)			10時おやつ 3時おやつ	日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)			10時おやつ 3時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 (月)	かえて運動会					19 (水)	ごはん みそ汁 たらの煮つけ 里芋の煮物	米、さといも	牛乳、たら	ほうれんそう、にんじん、バナナ	牛乳 やさいビスケット 牛乳 バナナ
03 (月)	ごはん みそ汁 たらの照り焼き ほうれんそうの煮物	米	牛乳、たら、 ヨーグルト	にんじん、だいごん、 ほうれんそう	牛乳 ウエハース ほうじ茶 ヨーグルト	20 (木)	ごはん 野菜スープ 豚肉とじゃがいものケチャップ煮 ブロッコリーの煮物	米、じゃがいも	牛乳、豚肉、 鮭	たまねぎ、しめじ、 ブロッコリー、にんじん、 チンゲンサイ	牛乳 マンナビスケット ほうじ茶 鮭のおにぎり
04 (火)	ごはん すまし汁 豆腐ときのこのソテー 人参の煮物	米	牛乳、豆腐	にんじん、もやし、 ほうれんそう、しめじ、 バナナ	牛乳 お子様せんべい 牛乳 バナナ	21 (金)	ごはん 中華スープ マーボー豆腐 チンゲンサイのソテー	米	豆腐、豚肉、 ヨーグルト	にんじん、はくさい、 もやし、ねぎ、 チンゲンサイ	牛乳 お子様せんべい ほうじ茶 ヨーグルト
05 (水)	ごはん 野菜スープ 鶏団子 里芋の煮物	米、さといも	牛乳、鶏肉、 鮭	にんじん、チンゲンサイ	牛乳 やさいビスケット ほうじ茶 鮭のおにぎり	22 (土)	ごはん 野菜スープ 鶏肉とキャベツのみそ煮 ほうれんそうの和え物	米	牛乳、鶏肉	キャベツ、にんじん、 ほうれんそう、 チンゲンサイ	牛乳 やさいビスケット ほうじ茶 おかかおにぎり
06 (木)	ごはん みそ汁 豚肉とたまねぎの炒め物 さつま芋のサラダ	米、さつまいも	牛乳、豚肉	たまねぎ、コーン、 にんじん、いんげん、 りんご	牛乳 マンナビスケット 牛乳 りんごの甘煮	24 (月)	ごはん 中華スープ 肉団子 にんじんの煮物	米	牛乳、豚肉	かぼちゃ、たまねぎ、 にんじん、 チンゲンサイ	牛乳 ウエハース 牛乳 かぼちゃ甘煮
07 (金)	ごはん たまねぎのみそ汁 かじきの照り焼き いんげんのソテー	米	牛乳、かじき	かぼちゃ、たまねぎ、 こまつな、にんじん、 いんげん	牛乳 お子様せんべい 牛乳 かぼちゃ甘煮	25 (火)	ごはん みそ汁 豚肉ときのこの炒め物 マカロニサラダ	米、マカロニ	牛乳、豚肉、 ヨーグルト	しめじ、ほうれんそう、 えのき、にんじん、 キャベツ	牛乳 お子様せんべい ほうじ茶 ヨーグルト
08 (土)	ごはん みそ汁 鶏じゃが キャベツの煮物	じゃがいも、米	牛乳、鶏肉	にんじん、キャベツ、 たまねぎ	牛乳 やさいビスケット ほうじ茶 おかかおにぎり	26 (水)	ごはん みそ汁 カレイの照り焼き ほうれんそうの和え物	米	牛乳、かだい	はくさい、だいごん、 ほうれんそう、にんじん、 バナナ	牛乳 やさいビスケット 牛乳 バナナ
10 (月)	スポーツの日					27 (木)	ごはん みそ汁 豚肉といんげんのそぼろあんかけ キャベツの炒り煮	米、パン	牛乳、豚肉	たまねぎ、だいごん、 にんじん、キャベツ、 いんげん、いちご	牛乳 マンナビスケット 牛乳 ジャムサンド
11 (火)	ごはん 野菜スープ 豆腐と野菜ソテー ほうれんそうの煮物尾	さつまいも、米	牛乳、豆腐	にんじん、たまねぎ、 ほうれんそう、もやし、 チンゲンサイ	牛乳 お子様せんべい 牛乳 さつまいも甘煮	28 (金)	ごはん みそ汁 たらの照り焼き 納豆和え	米	牛乳、たら、 豆腐、納豆	わかめ、ほうれんそう、 もやし、りんご	牛乳 お子様せんべい 牛乳 りんごの甘煮
12 (水)	ごはん みそ汁 肉豆腐 小松菜とコーンの和え物	米、パン	牛乳、豚肉、豆腐	だいごん、コーン、 いちご、ねぎ、にんじん、 こまつな、かぶ	牛乳 やさいビスケット 牛乳 ジャムサンド	29 (土)	ごはん みそ汁 豚肉とキャベツのソテー いんげんの煮浸し	さつまいも、米	牛乳、豆腐	にんじん、キャベツ、 たまねぎ、いんげん	牛乳 やさいビスケット 牛乳 さつまいも甘煮
13 (木)	ごはん 野菜スープ 鶏つくね かぼちゃの甘煮	米	牛乳、鶏肉、 ヨーグルト	にんじん、かぼちゃ、 チンゲンサイ	牛乳 マンナビスケット ほうじ茶 ヨーグルト	31 (月)	ごはん みそ汁 鶏肉のケチャップ炒め煮 かぼちゃの煮物	米	牛乳、鶏肉、 ヨーグルト	もやし、にんじん、 たまねぎ、かぼちゃ、 チンゲンサイ	牛乳 ウエハース ほうじ茶 ヨーグルト
14 (金)	ごはん 豆腐のスープ 豚肉とほうれんそうの炒め物 キャベツのサラダ	米	牛乳、豆腐、 豚肉	キャベツ、ねぎ、もやし、 りんご、ほうれんそう、 にんじん	牛乳 お子様せんべい 牛乳 りんごの甘煮						
15 (土)	ごはん みそ汁 豆腐と野菜のあんかけ 大根の煮物	米	牛乳、豆腐	かぼちゃ、にんじん、 こまつな、だいごん、 ブロッコリー	牛乳 やさいビスケット 牛乳 かぼちゃ甘煮	<p>☆食材の都合により献立に変更が生じる場合があります。 変更の際は追って連絡致します。</p> <p>☆食材の形態はお子様の食事の進み具合にあわせて進めていきます。 新たに口にした食材がありましたら職員までお声掛けください。</p>					
17 (月)	ごはん みそ汁 里芋のそぼろあんかけ にんじんの煮物	さといも、米	牛乳、豚肉	たまねぎ、こまつな、 にんじん	牛乳 ウエハース ほうじ茶 おかかおにぎり						
18 (火)	ごはん コンソメスープ 鶏つくね ほうれんそうの煮びたし	さつまいも、米	牛乳、鶏肉	にんじん、ほうれんそう、 ブロッコリー	牛乳 お子様せんべい 牛乳 さつまいも甘煮						

