

献立表

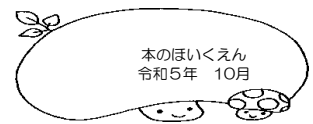
日付	午前おやつ	献立	午後おやつ	材 料 名				行事
				◎は10時おやつ ○は午後おやつ				
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
01 日	牛乳、さつまいものきな粉和え	ごはん、厚揚げのそぼろ煮、きゅうりの酢の物、ほうれん草のすまし汁	牛乳、既製品おやつ	半つき米、片栗粉、砂糖、油、三温糖、◎三温糖、◎さつまいも	○牛乳、生揚げ、豚ひき肉、かまぼこ、しらす干し、◎牛乳、◎きな粉	たまねぎ、もやし、にんじん、ほうれんそう(冷凍)、きゅうり、えのきたけ、グリーンピース	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酢、酒、しょうゆ(うすくち)、食塩	
02 月	牛乳、ピザ風クッキー	親子丼、切り干し大根の中華風サラダ、小松菜の味噌汁	牛乳、紅茶クッキー	半つき米、○薄力粉、○無塩バター、○三温糖、三温糖、ごま油	○牛乳、卵、鶏もも肉(皮付き)、木綿豆腐、ハム、淡色みそ、◎牛乳、◎チーズ	にんじん、たまねぎ、こまつな、きゅうり、切り干しだいこん、しいたけ、葉ねぎ、ごま、◎コーン(冷凍)	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、中華だしの素、食塩、◎ケチャップ	
03 火	牛乳(午前)、さくさくヨーグルト	ロールパン、ボークビーンス、ごぼろサラダ、コンソスープ	牛乳、黒糖の蒸しパン	ロールパン、○ホットケーキ粉、じゃがいも、◎黒砂糖、マヨネーズ、油、◎油、三温糖、◎三温糖、◎コーンフレック	○牛乳、豚肉(もも)、大豆水煮缶、鶏ささ身、◎牛乳、◎ヨーグルト(無糖)	たまねぎ、クリームコーン缶、キャベツ、ホールトマト缶詰、にんじん、チンゲンサイ、ごぼう、コーン(冷凍)、○干しぶどう、ごま	ケチャップ、コンソメ、食塩、しょうゆ	
04 水	牛乳、クラッカーサンド(ブルーベリージャム)	ごはん、鮭のカレーミニエール、スパゲティサラダ、きのこのスープ	牛乳、スマイルボテト	半つき米、○じゃがいも、マカロニ・スパゲティ、○片栗粉、○無塩バター、◎油、薄力粉、マヨネーズ、無塩バター、○三温糖	○牛乳、さけ、ハム、◎牛乳	たまねぎ、しめじ、えのきたけ、にんじん、きゅうり、レタス、◎ブルーベリージャム	コンソメ、○コンソメ、食塩、カレー粉	
05 木	牛乳、大学かぼちゃ	焼きうどん、大根ピクルス、バナナ	牛乳、ひじき入りチャーハン	ゆでうどん、○半つき米、油、三温糖、◎ごま油、◎三温糖	○牛乳、豚肉(もも)、○ツナ油漬缶、ハム	バナナ、◎バナナ、だいこん、にんじん、キャベツ、もやし、◎たまねぎ、たまねぎ、きゅうり、○にんじん、◎グリーンピース(冷凍)、◎ひじき、あおのり、◎黒ごま	中濃ソース、酢、しょうゆ、○中華だしの素、○しょうゆ、食塩	
06 金	牛乳(午前)、さつまいもバター	ごはん、鶏レバーの旨煮、キャベツサラダ、なめこの味噌汁	牛乳、おかからとりんごのパウンドケーキ	半つき米、○ホットケーキ粉、○無塩バター、○三温糖、三温糖、ごま油、油、◎無塩バター、◎三温糖、◎さつまいも	○牛乳、鶏レバー、鶏もも肉、木綿豆腐、○おかから、○卵、ツナ油漬缶、淡色みそ、◎牛乳	キャベツ、きゅうり、板こんにゃく、ごぼう、にんじん、○りんご、なめこ、◎干しぶどう、コーン(冷凍)、グリーンピース、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酢、本みりん、しょうゆ(うすくち)、おろししょうが	
07 土	牛乳、ビスケットのジャムのせ	ごはん、じゃが芋とピーマンのケチャップ炒め、もやしと竹輪のひじき和え、とろろ昆布のすまし汁	牛乳、みそ蒸しパン	半つき米、じゃがいも、○薄力粉、○三温糖、◎油、油、三温糖	○牛乳、豚肉(もも)、○豆乳、ちくわ、◎あまみそ、◎牛乳	たまねぎ、もやし、にんじん、ほうれんそう(冷凍)、ピーマン、葉ねぎ、とろろこんぶ、ひじき、◎いちごジャム	かつお・昆布だし汁、ケチャップ、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、食塩	
08 日	牛乳、コーンマヨクラッカー	ごはん、豚肉とキャベツの彩り炒め、小松菜のツナ和え、さつまいものレモン煮	牛乳、既製品おやつ	半つき米、さつまいも(皮付)、三温糖、油、◎マヨネーズ	○牛乳、豚肉(もも)、ツナ油漬缶、◎牛乳、◎チーズ	こまつな、にんじん、キャベツ、黄ピーマン、たまねぎ、レモン果汁、ごま、◎どうもろこし	酢、しょうゆ、コンソメ、食塩	
09 月	牛乳、じゃがいもバター	ごはん、鶏肉の味噌マヨ炒め、きゅうりのおかか和え、大根のすまし汁	牛乳、既製品おやつ	半つき米、マヨネーズ、三温糖、◎無塩バター、◎じゃがいも	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、油揚げ、淡色みそ、しらす干し、かつお節、◎牛乳	にんじん、きゅうり、もやし、キャベツ、たまねぎ、だいこん、しいたけ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、食塩、◎食塩	
10 火	牛乳、いちごヨーグルト	ごはん、麻婆豆腐、春雨サラダ、野菜の中華スープ	牛乳、スイートポテトパイ	半つき米、○さつまいも、○ぎょうざの皮、はるさめ、○三温糖、三温糖、ごま油、◎無塩バター、片栗粉	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、淡色みそ、◎牛乳、◎ヨーグルト(無糖)	にんじん、もやし、チンゲンサイ、たまねぎ、しいたけ、きゅうり、葉ねぎ、コーン(冷凍)、◎いちごジャム	酢、しょうゆ、中華だしの素、食塩	
11 水	牛乳、ビスケットのジャムのせ	ごはん、秋野菜グラタン、鶏ささ身と人参のサラダ、カレースープ	牛乳、豆乳みかん寒天	半つき米、さつまいも(皮付)、薄力粉、○三温糖、無塩バター、三温糖、パン粉、油	○牛乳、牛乳、○調製豆乳、鶏もも肉(皮付き)、鶏ささ身、ペーコン、とろけるチーズ、◎牛乳	◎みかん缶、にんじん、こまつな、たまねぎ、きゅうり、えのきたけ、しめじ、ごぼう、○かんてんクック、◎いちごジャム	酢、コンソメ、食塩、カレー粉、パセリ粉	絵本メニュー
12 木	牛乳、大学かぼちゃ	食パン、里芋のコロッケ、キャベツのさっぱり和え、なめこの味噌汁	牛乳、いちごの蒸しパン	食パン、○ホットケーキ粉、じゃがいも、さといも(冷凍)、薄力粉、パン粉、油、◎砂糖、◎油、三温糖、◎三温糖	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、淡色みそ、卵、しらす干し、◎牛乳	たまねぎ、キャベツ、もやし、にんじん、なめこ、◎いちごジャム、葉ねぎ、ひじき、◎黒ごま、◎かぼちゃ	かつお・昆布だし汁、ケチャップ、酢、食塩	
13 金	牛乳、きな粉トースト	鮭昆布おにぎり、鶏のか揚げ、けんちん汁、フルーツポンチ	牛乳、焼きビーフン	半つき米、◎ビーフン、油、片栗粉、◎油、◎食パン、◎三温糖、◎バター	○牛乳、鶏もも肉、さけ、◎豚肉(もも)、油揚げ、◎牛乳、◎きな粉	バナナ、みかん缶、にんじん、りんご、ブロッコリー、○キャベツ、だいこん、◎たまねぎ、しめじ、ごぼう、◎にんじん、◎ピーマン、板こんにゃく、葉ねぎ、ごま、◎けんちん、焼きのり、しらすが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、○中華だしの素、○しょうゆ、食塩	
15 日	牛乳、ビスケットのジャムのせ	ごはん、鶏肉とごぼうの卵とじ煮、白菜とハムのサラダ、里芋の味噌汁	牛乳、既製品おやつ	半つき米、さといも(冷凍)、三温糖、油	○牛乳、鶏もも肉、卵、ハム、油揚げ、淡色みそ、◎牛乳	はくさい、たまねぎ、ごぼう、コーン(冷凍)、にんじん、グリーンピース(冷凍)、◎いちごジャム	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酢、食塩	
16 月	牛乳、セザミトースト	ごはん、白身魚のフリッター、青梗菜のおかか和え、中華風コンソスープ	牛乳、チーズと人参のマフィン	半つき米、さつまいも(皮付)、○薄力粉、○無塩バター、○三温糖、油、片栗粉、薄力粉、三温糖、◎無塩バター、◎食パン、◎三温糖	○牛乳、かれい、卵、◎卵、◎チーズ、かつお節、◎牛乳	もやし、チンゲンサイ、クリームコーン缶、たまねぎ、にんじん、○にんじん、◎ごま	ケチャップ、しょうゆ、中華だしの素、食塩	
17 火	牛乳、大学芋風	ごはん、タンドリーチキン、切り干し大根のごま酢和え、野菜スープ	牛乳、ツナごんおにぎり	半つき米、○半つき米、油、片栗粉、砂糖、ごま油、三温糖、◎三温糖、◎さつまいも	○牛乳、鶏もも肉、◎ツナ油漬缶、鶏ささ身、ヨーグルト(無糖)、◎牛乳	にんじん、キャベツ、たまねぎ、きゅうり、コーン(冷凍)、切り干しだいこん、ごま、◎塩こんぶ、◎ごま、◎黒ごま	ケチャップ、酢、コンソメ、○しょうゆ、しょうゆ、食塩、カレー粉、おろしにんにく	
18 水	牛乳、さくさくヨーグルト	ごはん、厚揚げと野菜の中華炒め、チーズサラダ、かぼちゃの味噌汁	牛乳、バナナロール	半つき米、○サンドイッチパン、○三温糖、マヨネーズ、ごま油、◎三温糖、◎コーンフレック	○牛乳、鶏もも肉、生揚げ、○生クリーム、チーズ、淡色みそ、油揚げ、◎牛乳、◎ヨーグルト(無糖)	○バナナ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、ほうれんそう(冷凍)、しめじ、かぼちゃ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、中華だしの素、食塩	
19 木	牛乳、じゃがいもバター	ハヤシライス、フレンチサラダ、梨	牛乳、マカロニポリタン	半つき米、◎マカロニ、油、三温糖、◎油、◎無塩バター、◎じゃがいも	○牛乳、豚肉(もも)、鶏ささ身、◎ウインナーソーセージ、◎牛乳	なし、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ホールトマト缶詰、きゅうり、しめじ、コーン(冷凍)、◎たまねぎ、◎ピーマン、グリーンピース(冷凍)	ハヤシルーウ、○ケチャップ、酢、食塩、◎食塩、◎食塩	
20 金	牛乳、クラッカーサンド(ブルーベリージャム)	ロールパン、鶏肉とレバーのトマト煮、さつまいものクリームチーズ和え、ポパイスープ	牛乳、ひじきおにぎり	ロールパン、○半つき米、さつまいも、マヨネーズ、油、○三温糖、三温糖	○牛乳、鶏レバー、鶏もも肉、大豆水煮缶、○鶏ひき肉、クリームチーズ、◎牛乳	たまねぎ、ホールトマト缶詰、はくさい、にんじん、ほうれんそう(冷凍)、しめじ、キャベツ、○にんじん、コーン(冷凍)、○グリーンピース(冷凍)、◎ひじき、◎ブルーベリージャム	ケチャップ、コンソメ、○しょうゆ、○本みりん、食塩	
21 土	牛乳、いちごヨーグルト	ごはん、筑前煮、青梗菜の和え物、じゃがいもの味噌汁	牛乳、フロランタン風トースト	半つき米、じゃがいも、さといも(冷凍)、○食パン、○コーンフレック、○三温糖、○バター、油、三温糖、砂糖	○牛乳、鶏もも肉、ツナ油漬缶、淡色みそ、油揚げ、◎牛乳、◎ヨーグルト(無糖)	チンゲンサイ、にんじん、たまねぎ、だいこん、しいたけ、◎いちごジャム	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん	
22 日	牛乳、ピザ風クッキー	ごはん、鶏肉となすのカレー風味炒め、大根のゆかり和え、かぼちゃの味噌汁	牛乳、既製品おやつ	半つき米、油	○牛乳、鶏もも肉、鶏ささ身、淡色みそ、油揚げ、◎牛乳、◎チーズ	だいこん、かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、なす、きゅうり、◎どうもろこし	かつお・昆布だし汁、カレー粉、食塩、◎ケチャップ	
23 月	牛乳、大学芋風	ちゃんぽん麺、人参しりしり、バナナ	牛乳、五目混ぜご飯	ゆで中華めん、○半つき米、ごま油、○砂糖、◎ごま油、三温糖、◎三温糖、◎さつまいも	○牛乳、卵、豚肉(もも)、豆乳、◎油揚げ、ツナ油漬缶、かまぼこ、◎牛乳	バナナ、にんじん、キャベツ、たまねぎ、エリンギ、ブロッコリー、○こまつな、ピーマン、○にんじん、○しめじ、○ごぼう、コーン(冷凍)、◎黒ごま	中華だしの素、○しょうゆ、しょうゆ	

2023年10月

献立表

日付	午前おやつ	献立	午後おやつ	材 料 名				行事
				◎は10時おやつ ○は午後おやつ				
				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	調味料	
24 火	牛乳、クラッカーサ ンド	ごはん、鶏肉ときのこのクリーム煮、 コーンサラダ、トマトスープ	牛乳、胡麻ドーナ ツ	半つき米、○ホットケーキ粉、○ 三温糖、○油、薄力粉、無塩バ ター、○粉糖、三温糖、油	○牛乳、牛乳、鶏もも肉、○絹 ごし豆腐、ベーコン、◎牛乳、 ◎クリームチーズ	キャベツ、にんじん、はくさい、 たまねぎ、ホールトマト缶詰、し めじ、まいたけ、ブロッコリー、 きゅうり、コーン(冷凍)、○黒ご ま、◎いちごジャム	コンソメ、酢、食塩	
25 水	牛乳、じゃがバ ター	アンパンマンピラフ、れんこんマリ ネ、野菜スープ	牛乳、食パンケ ーキ	半つき米、○サンドイッチパン、 油、砂糖、○三温糖、無塩バ ター、◎無塩バター、◎じゃが いも	○牛乳、豚ひき肉、○生クリー ム、ツナ油漬缶、◎牛乳	にんじん、れんこん、もやし、こ まつな、きゅうり、赤ピーマン、 ○バナナ、たまねぎ、◎いちご ジャム、干しぶどう、焼きのり	酢、ケチャップ、コンソメ、食塩、 ◎食塩	誕生会
26 木	牛乳、チーズト ースト	ごはん、鮭の西京焼き、切干し大根 とひじきのマヨ和え、ほうれん草のす まし汁	牛乳、肉みそうどん	○ゆでうどん、半つき米、マヨ ネーズ、○片栗粉、焼ふ、三温 糖、油、○砂糖、○油、◎食パ ン、◎マヨネーズ	○牛乳、さけ、○豚ひき肉、ハ ム、○淡色みそ、淡色みそ、◎ 牛乳、◎チーズ	ほうれんそう(冷凍)、○たまね ぎ、にんじん、○にんじん、○ ピーマン、きゅうり、切り干しだ いこん、ひじき	かつお・昆布だし汁、本みりん、 しょうゆ(うすくち)、○酒、しょう ゆ、食塩	
27 金	牛乳、さくさくヨー グルト	ごはん、春巻き、春雨の中華サラ ダ、にら玉スープ	牛乳、小倉ホイッ プサンド	半つき米、○サンドイッチパン、 春巻きの皮、はるさめ、油、三 温糖、ごま油、片栗粉、◎三温 糖、◎コーンフレーク	○牛乳、豚ひき肉、卵、○つぶ しあん(砂糖添加)、○生クリー ム、◎牛乳、◎ヨーグルト(無糖)	たまねぎ、にんじん、きゅうり、 キャベツ、にら、しいたけ、コー ン(冷凍)、黒きくらげ	しょうゆ、中華だしの素、酢、食 塩、おろしにんにく、おろししょ うが	
28 土	牛乳、ビスケットの ジャムのせ	ごはん、厚揚げと豚肉の中華煮、白 菜としらすの和え物、里芋の味噌汁	牛乳、かぼちゃの 揚げパイ	半つき米、さといも(冷凍)、○ ぎょうざの皮、○油、片栗粉、○ 三温糖、ごま油、三温糖	○牛乳、生揚げ、豚肉(もも)、油 揚げ、淡色みそ、しらす干し、 ◎牛乳	はくさい、たまねぎ、○かぼ ちゃ、にんじん、きゅうり、にら、 しめじ、葉ねぎ、コーン(冷凍)、 ◎ブルーベリージャム	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、 中華だしの素	
29 日	牛乳、クラッカーサ ンド	ごはん、柳川風煮、青梗菜のおかか 和え、わかめのすまし汁	牛乳、既製品おや つ	半つき米、砂糖、油、三温糖	○牛乳、卵、木綿豆腐、豚肉(も も)、かつお節、◎牛乳、◎ク リームチーズ	もやし、にんじん、チンゲンサ イ、ほうれんそう(冷凍)、たまね ぎ、ごぼう、カットわかめ、◎い ちごジャム	かつお・昆布だし汁、かつおだ し汁、しょうゆ、みりん、しょうゆ (うすくち)、食塩	
30 月	牛乳、バナナ	ごはん、鶏とごぼうのつくね焼き、納 豆和え、中華風コーンスープ	牛乳、さつまいも おにぎり	半つき米、○半つき米、○さつ まいも、片栗粉、三温糖、ごま 油	○牛乳、鶏ひき肉、卵、挽きわ り納豆、かつお節、◎牛乳	ほうれんそう(冷凍)、◎バナ ナ、たまねぎ、クリームコーン 缶、にんじん、ごぼう、キャベ ツ、白ネギ、しいたけ、○黒ごま	しょうゆ、○酒、中華だしの素、 ◎食塩、食塩	
31 火	牛乳、ビスケットの ジャムのせ	ロールパン、パンプキンシチュー、 和風ミートローフ	牛乳、ハロウィン クッキー	ロールパン、○薄力粉、○無塩 バター、○粉糖、パン粉、○三 温糖、薄力粉、油	○牛乳、牛乳、木綿豆腐、豚ひ き肉、鶏もも肉(皮付き)、卵、◎ 牛乳	たまねぎ、かぼちゃ、ブロッコ リー、ミニトマト、にんじん、しめ じ、○かぼちゃ、グリーンピース (冷凍)、ひじき、◎いちごジャ ム	ケチャップ、ウスターソース、コ ンソメ、食塩	

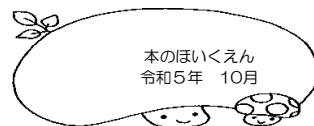
10月の離乳食 後期（かみかみ）



日付	曜日	午前のおやつ	給食		午後のおやつ
		献立名	献立名	原材料名	献立名
		原材料			原材料
1	日	蒸しさつまいも	粥/軟飯	米	既製品おやつ
		さつまいも	野菜のそぼろあん	豚ミンチ・人参・玉葱・だし・醤油・片栗粉	
			もやしの和え物	もやし・きゅうり・醤油	
2	月	既製品おやつ	ほうれん草の味噌汁	ほうれん草・人参・だし・味噌	小松菜粥
			粥/軟飯	米	
			鶏肉の煮物	鶏肉・だし・醤油	
3	火	ふかし芋 じゃが芋	人参サラダ	人参・きゅうり・醤油	だし粥
			豆腐のすまし汁	豆腐・玉葱・だし・醤油	
			粥/軟飯	米	
4	水	ふかし芋 じゃが芋	豚肉と野菜の煮物	鶏肉・玉葱・人参・だし・醤油	人参粥
			キャベツサラダ	キャベツ・人参・醤油	
			青梗菜のスープ	青梗菜・玉葱・醤油	
5	木	既製品おやつ	粥/軟飯	米	マッシュパンブキン
			鶏肉の煮物	鶏肉・もやし・人参・だし・醤油	
			大根の和え物	大根・きゅうり・醤油	
6	金	蒸しさつまいも さつまいも	バナナ	バナナ	煮りんご
			粥/軟飯	米	
			鶏肉のとろみあん	鶏肉・だし・醤油・片栗粉	
7	土	ふかし芋 じゃが芋	キャベツサラダ	キャベツ・人参・醤油	だし粥
			豆腐の味噌汁	豆腐・玉葱・だし・味噌	
			粥/軟飯	米	
8	日	蒸しさつまいも さつまいも	豚肉の野菜あん	豚肉・もやし・人参・だし・醤油・片栗粉	既製品おやつ
			ほうれん草の煮物	ほうれん草・玉葱・醤油	
			人参スープ	人参・醤油	
9	月	ふかし芋 じゃが芋	粥/軟飯	米	既製品おやつ
			鶏肉の旨煮	鶏肉・キャベツ・だし・醤油	
			もやしサラダ	もやし・きゅうり・人参・醤油	
10	火	既製品おやつ	大根の味噌汁	大根・玉葱・だし・味噌	マッシュスイートポテト
			粥/軟飯	米	
			豆腐のそぼろ煮	豚挽肉・豆腐・だし・醤油・片栗粉	
11	水	蒸しさつまいも さつまいも	きゅうりサラダ	きゅうり・人参・醤油	だし粥
			もやしスープ	もやし・チンゲン菜・醤油	
			粥/軟飯	米	
12	木	蒸しかぼちゃ かぼちゃ	鶏肉の味噌煮	鶏肉・玉葱・味噌・だし	マッシュポテト
			小松菜の和え物	小松菜・人参・醤油	
			玉葱のスープ	玉葱・人参・醤油	
13	金	スティックパン 食パン	粥/軟飯	米	煮りんご
			鶏とブロッコリーの煮物	鶏肉・ブロッコリー・だし・醤油	
			大根サラダ	大根・人参・醤油	
14	土		バナナ	バナナ	
15	日	蒸しさつまいも さつまいも	粥/軟飯	米	既製品おやつ
			鶏肉の旨煮	鶏肉・玉葱・だし・醤油	
			白菜の和え物	白菜・人参・醤油	
			里芋の味噌汁	里芋・玉葱・味噌・だし	

日 付	曜 日	午前のおやつ	給食		午後のおやつ
		献立名	献立名	原材料名	献立名
		原材料			原材料
16	月	スティックパン	粥/軟飯	米	人参粥
		食パン	鶏ささ身の煮物	鶏ささ身・人参・だし・醤油	米・人参
			チンゲン菜の二色和え	青梗菜・もやし・醤油	
17	火	蒸しさつま芋	粥/軟飯	米	だし粥
		さつま芋	鶏肉とキャベツの煮物	鶏肉・キャベツ・だし・醤油	米・だし
			きゅうりの和え物	きゅうり・人参・醤油	
18	水	バナナ	玉葱のスープ	玉葱・人参・醤油	スティックパン
		バナナ	粥/軟飯	米	
			鶏肉の野菜あんかけ	鶏肉・キャベツ・人参・だし・醤油・片栗粉	
19	木	ふかし芋	ポバイサラダ	ほうれん草・人参・醤油	だし粥
		じゃが芋	かぼちゃの味噌汁	かぼちゃ・人参・味噌・だし	
			粥/軟飯	米	
20	金	既製品おやつ	豚肉の煮物	豚肉・だし・醤油	だし粥
			キャベツのサラダ	キャベツ・きゅうり・人参・醤油	
			人参スープ	人参・玉葱・醤油	
21	土	ふかし芋	粥/軟飯	米	スティックパン
		じゃが芋	筑前煮	鶏肉・人参・大根・里芋・だし・醤油	
			青梗菜のサラダ	青梗菜・人参・醤油	
22	日	蒸しかぼちゃ	もやしの味噌汁	もやし・玉葱・だし・醤油	既製品おやつ
		かぼちゃ	粥/軟飯	米	
			鶏肉のとりみあん	鶏挽肉・だし・醤油・片栗粉	
23	月	蒸しさつま芋	大根の和え物	大根・人参・醤油	小松菜粥
		さつま芋	野菜スープ	かぼちゃ・玉葱・人参・醤油	
			粥/軟飯	米	
24	火	既製品おやつ	豚肉の煮物	豚肉・キャベツ・人参・だし・醤油	小松菜粥
			キャベツサラダ	キャベツ・きゅうり・醤油	
			バナナ	バナナ	
25	水	ふかし芋	粥/軟飯	米	だし粥
		じゃが芋	豚ミンチと野菜の煮物	豚肉・玉葱・人参・トマト・醤油	
			小松菜サラダ	小松菜・もやし・醤油	
26	木	スティックパン	人参のスープ	人参・醤油	バナナ
		食パン	粥/軟飯	米	
			豚挽肉の旨煮	豚挽肉・玉葱・だし・醤油	
27	金	既製品おやつ	きゅうりの和え物	きゅうり・人参・醤油	人参粥
			ほうれん草のすまし汁	ほうれん草・人参・だし・醤油	
			粥/軟飯	米	
28	土	既製品おやつ	豚挽肉のとりみあん	豚挽肉・キャベツ・醤油・だし・片栗粉	スティックパン
			人参サラダ	人参・きゅうり・醤油	
			玉葱のスープ	玉葱・人参・醤油	
29	日	蒸しさつま芋	白菜サラダ	白菜・きゅうり・醤油	マッシュパンブキン
		さつま芋	里芋の味噌汁	里芋・玉葱・だし・味噌	
			粥/軟飯	米	
30	月	バナナ	肉豆腐	豚肉・豆腐・醤油・だし	既製品おやつ
		バナナ	青梗菜の和え物	青梗菜・もやし・醤油	
			玉葱のすまし汁	玉葱・人参・だし・醤油	
31	火	既製品おやつ	粥/軟飯	米	さつま芋のきな粉かけ
			鶏挽肉のとりみあん	鶏挽肉・玉葱・人参・だし・醤油	
			ほうれん草の和え物	ほうれん草・人参・醤油	
		バナナ	キャベツのすまし汁	キャベツ・玉葱・だし・醤油	マッシュパンブキン
			粥/軟飯	米	
			鶏と根菜の煮物	鶏肉・玉葱・かぼちゃ・人参・だし・醤油	
		既製品おやつ	トマトとブロッコリーのサラダ	トマト・ブロッコリー・醤油	かぼちゃ・牛乳
			豆腐の味噌汁	豆腐・玉葱・だし・味噌	

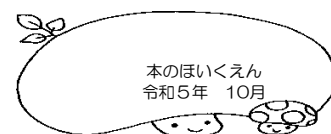
10月の離乳食 中期（もぐもぐ）



日付	曜日	給食		午後のおやつ
		献立名	原材料名	献立名 原材料
1	日	粥	米	既製品おやつ
		もやしの煮物	もやし・きゅうり・だし	
		ほうれん草のすまし汁	ほうれん草・人参・だし	
2	月	粥	米	小松菜粥
		人参の煮物	人参・きゅうり・だし	
		豆腐のすまし汁	豆腐・玉葱・だし	
3	火	粥	米	だし粥
		キャベツの煮物	キャベツ・人参・だし	
		青梗菜のスープ	青梗菜・玉葱・だし	
4	水	粥	米	人参粥
		人参の煮物	人参・だし	
		玉葱スープ	人参・玉葱・だし	
5	木	粥	米	蒸しかぼちゃ
		大根の煮物	大根・きゅうり・だし	
		バナナ	バナナ	
6	金	粥	米	煮りんご
		キャベツの煮物	キャベツ・人参・だし	
		豆腐のすまし汁	豆腐・人参・だし	
7	土	粥	米	だし粥
		ほうれん草の煮物	ほうれん草・玉葱・だし	
		人参スープ	人参・だし	
8	日	粥	米	既製品おやつ
		キャベツの煮物	キャベツ・人参・だし	
		小松菜のすまし汁	小松菜・玉葱・だし	
9	月	粥	米	既製品おやつ
		もやしの煮物	もやし・人参・だし	
		大根のすまし汁	大根・玉葱・だし	
10	火	粥	米	蒸しさつまいも
		人参の煮物	人参・だし	
		もやしスープ	もやし・チンゲン菜・だし	
11	水	粥	米	だし粥
		小松菜の煮物	小松菜・人参・だし	
		玉葱のスープ	玉葱・人参・だし	
12	木	粥	米	ふかし芋
		キャベツのしらす煮	キャベツ・人参・しらす・だし	
		豆腐のすまし汁	豆腐・玉葱・だし	
13	金	粥	米	煮りんご
		大根の煮物	大根・人参・だし	
		バナナ	バナナ	
14	土			
15	日	粥	米	既製品おやつ
		白菜の煮物	白菜・人参・だし	
		里芋のすまし汁	里芋・玉葱・だし	

日 付	曜 日	給食		午後のおやつ
		献立名	原材料名	献立名 原材料
16	月	粥	米	人参粥
		チンゲン菜の煮物	青梗菜・もやし・だし	
		さつまいものスープ	さつまいも・玉葱・だし	米・人参
17	火	粥	米	だし粥
		人参の煮物	人参・だし	
		玉葱のスープ	玉葱・人参・だし	米・だし
18	水	粥	米	スティックパン
		ほうれん草の煮物	ほうれん草・人参・だし	
		かぼちゃのすまし汁	かぼちゃ・人参・だし	食パン
19	木	粥	米	だし粥
		キャベツの煮物	キャベツ・人参・だし	
		人参スープ	人参・玉葱・だし	米・だし
20	金	粥	米	人参粥
		さつまいもの煮物	さつまいも・人参・だし	
		ポバイスープ	ほうれん草・白菜・だし	米・人参
21	土	粥	米	スティックパン
		青梗菜の煮物	青梗菜・人参・だし	
		もやしの味噌汁	もやし・玉葱・だし	食パン
22	日	粥	米	既製品おやつ
		大根の煮物	大根・人参・だし	
		野菜スープ	かぼちゃ・玉葱・人参・だし	
23	月	粥	米	小松菜粥
		ブロッコリーの煮物	ブロッコリー・人参・だし	
		バナナ	バナナ	小松菜・人参・米
24	火	粥	米	だし粥
		キャベツの煮物	キャベツ・きゅうり・だし	
		バナナ	バナナ	米・だし
25	水	粥	米	バナナ
		小松菜の煮物	小松菜・もやし・だし	
		人参のスープ	人参・だし	バナナ
26	木	粥	米	人参粥
		人参の煮物	人参・だし	
		ほうれん草のすまし汁	ほうれん草・人参・だし	人参・米
27	金	粥	米	スティックパン
		人参の煮物	人参・だし	
		玉葱のスープ	玉葱・人参・だし	食パン
28	土	粥	米	蒸しかぼちゃ
		白菜の煮物	白菜・きゅうり・だし	
		里芋のすまし汁	里芋・玉葱・だし	かぼちゃ
29	日	粥	米	既製品おやつ
		青梗菜の煮物	青梗菜・もやし・だし	
		玉葱のすまし汁	玉葱・人参・だし	
30	月	粥	米	蒸しさつまいも
		ほうれん草の煮物	ほうれん草・人参・だし	
		キャベツのすまし汁	キャベツ・玉葱・だし	さつまいも
31	火	粥	米	蒸しかぼちゃ
		トマトとブロッコリー	トマト・ブロッコリー	
		豆腐のすまし汁	豆腐・玉葱・だし	かぼちゃ

10月の離乳食 初期（ごっくん）



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
粥 ほうれん草 人参	粥 きゅうり 豆腐	粥 キャベツ 青梗菜	粥 人参 玉葱	粥 大根 きゅうり	粥 キャベツ 人参	粥 ほうれん草 玉葱
8	9	10	11	12	13	14
粥 人参 小松菜	粥 もやし 人参	粥 もやし 青梗菜	粥 小松菜 人参	粥 キャベツ 豆腐	粥 大根 人参	
15	16	17	18	19	20	21
粥 白菜 里芋	粥 青梗菜 さつまいも	粥 人参 玉葱	粥 ほうれん草 かぼちゃ	粥 人参 玉葱	粥 さつまいも ほうれん草	粥 青梗菜 もやし
22	23	24	25	26	27	28
粥 大根 かぼちゃ	粥 ブロッコリー 人参	粥 キャベツ きゅうり	粥 もやし 人参	粥 ほうれん草 人参	粥 人参 玉葱	粥 白菜 里芋
29	30	31				
粥 青梗菜 人参	粥 ほうれん草 キャベツ	粥 トマト 豆腐				