

離乳食献立表

令和5年 9月 30日発行
あゆみこども園

| 10月 | | 中期（もぐもぐ） 7～8ヶ月 | 後期（かみかみ） 9～11ヶ月 | | |
|-----|---|--|---|-----|---------------|
| 2 | 月 | <ul style="list-style-type: none"> パンがゆ ささみとキャベツの煮物 (人参、きゅうり) 玉ねぎのスープ (ブロッコリー) | <ul style="list-style-type: none"> 食パンスティック ささみとキャベツの煮物 (人参、きゅうり) 玉ねぎのみそ汁 (ブロッコリー) | 10時 | せんべい |
| 16 | | | | 3時 | さつまいものミルク煮 |
| 3 | 火 | <ul style="list-style-type: none"> 7倍がゆ 白身魚のキャロットソースかけ (人参、きゅうり) ポパイスープ (ほうれん草、里芋、豆腐) | <ul style="list-style-type: none"> 全がゆ 豆腐スティック 白身魚のキャロットソースかけ (人参、きゅうり) ポパイスープ (ほうれん草、里芋、生椎茸) | 10時 | チーズ |
| 17 | | | | 3時 | バナナ ピスケット |
| 4 | 水 | <ul style="list-style-type: none"> 7倍がゆ ささみ入りポテトマッシュ (じゃが芋、ブロッコリー) きゅうりのスープ (玉ねぎ、人参) | <ul style="list-style-type: none"> 全がゆ 人参スティック ささみ入りポテトマッシュ (じゃが芋、ブロッコリー) きゅうりのみそ汁 (玉ねぎ、人参) | 10時 | ウエハース |
| 18 | | | | 3時 | みかん寒天 せんべい |
| 5 | 木 | <ul style="list-style-type: none"> 大豆がゆ 白身魚と野菜のくず煮 (ほうれん草、人参) なすのスープ (玉ねぎ) | <ul style="list-style-type: none"> 大豆がゆ ゆでカリフラワー 白身魚と野菜のくず煮 (ほうれん草、人参) なすのスープ (玉ねぎ) | 10時 | 卵黄ボーロ |
| 19 | | | | 3時 | 梨 クッキー |
| 6 | 金 | <ul style="list-style-type: none"> 7倍がゆ かぼちゃのそぼろ煮 (ささみ、人参、玉ねぎ) キャベツスープ (きゅうり) | <ul style="list-style-type: none"> 全がゆ きゅうりスティック かぼちゃのそぼろ煮 (ささみ、人参、玉ねぎ) キャベツスープ (きゅうり) | 10時 | せんべい |
| 20 | | | | 3時 | キャロットケーキ |
| 7 | 土 | <ul style="list-style-type: none"> 三色がゆ (白身魚、赤ピーマン、グリーンピース) 人参スープ (玉ねぎ) | <ul style="list-style-type: none"> 三色がゆ (白身魚、赤ピーマン、グリーンピース) ゆでブロッコリー 人参のみそ汁 (玉ねぎ、厚揚げ) | 10時 | ヨーグルト |
| 21 | | | | 3時 | マカロニのあべかわ |



31日はおたんじょうかいです！

離乳食献立表

| 10月 | | 中期 (もぐもぐ) | 後期 (かみかみ) | | |
|-----|---|---|---|-----|-----------------------|
| | | 7~8ヶ月 | 9~11ヶ月 | | |
| 30 | 月 | <ul style="list-style-type: none"> パンがゆ 白和え風 (豆腐、人参、きゅうり) ささみと玉ねぎのスープ (かぼちゃ) | <ul style="list-style-type: none"> 食パンスティック 白和え風 (豆腐、人参、きゅうり) ささみと玉ねぎのスープ (かぼちゃ) | 10時 | チーズ |
| 23 | | | | 3時 | ポテトもち |
| 10 | 火 | <ul style="list-style-type: none"> 7倍がゆ 白身魚と里芋の煮物 (きゅうり) 大根のスープ (人参) | <ul style="list-style-type: none"> 全がゆ ゆでブロッコリー 白身魚と里芋の煮物 (きゅうり) 大根のみそ汁 (人参) | 10時 | せんべい |
| 24 | | | | 3時 | りんご クッキー |
| 11 | 水 | <ul style="list-style-type: none"> 7倍がゆ ポトフ (じゃが芋、人参、玉ねぎ) ささみのキャベツあえ | <ul style="list-style-type: none"> 全がゆ きゅうりスティック ポトフ (じゃが芋、人参、玉ねぎ) ささみのキャベツあえ | 10時 | ウエハース |
| 25 | | | | 3時 | 野菜リゾット (人参、ブロッコリー) |
| 12 | 木 | <ul style="list-style-type: none"> さつま芋がゆ 白身魚のスープ煮 (人参、里芋) ブロッコリーのスープ (玉ねぎ) | <ul style="list-style-type: none"> さつま芋がゆ ゆでカリフラワー 白身魚のスープ煮 (人参、里芋) ブロッコリーのみそ汁 (玉ねぎ) | 10時 | ビスケット |
| 26 | | | | 3時 | オレンジヨーグルト せんべい |
| 13 | 金 | <ul style="list-style-type: none"> 7倍がゆ ささみと野菜の煮物 (人参、ほうれん草) かぼちゃスープ (きゅうり、豆腐) | <ul style="list-style-type: none"> 全がゆ 豆腐スティック ささみと野菜のみそ煮 (人参、ほうれん草) かぼちゃスープ (きゅうり、わかめ) | 10時 | 卵黄ボーロ |
| 27 | | | | 3時 | チーズお焼き (クリームコーン) |
| 14 | 土 | <ul style="list-style-type: none"> 野菜うどん (きゅうり、人参) 白身魚の里芋あえ (キャベツ) | <ul style="list-style-type: none"> 野菜うどん (きゅうり、人参、生椎茸) 人参スティック 白身魚の里芋あえ (キャベツ) | 10時 | ヨーグルト |
| 28 | | | | 3時 | かぼちゃ クリームサンド |

| | | | | | |
|-------------|----|--|--|-----|---------|
| 誕生会 メニュー | 31 | <ul style="list-style-type: none"> かぼちゃがゆ 白身魚の野菜あんかけ (人参、里芋) オニオンスープ (玉ねぎ、きゅうり) | <ul style="list-style-type: none"> かぼちゃがゆ ゆでブロッコリー 白身魚の野菜あんかけ (人参、里芋、ひじき) オニオンスープ (玉ねぎ、きゅうり) | 10時 | せんべい |
| | | | | 3時 | きな粉むしパン |