

# 令和6年度 10月離乳食予定献立表

日付	(中期) 7~8ヶ月頃	(後期) 9~11ヶ月頃	(完了期) 12~18ヶ月頃
1・15 (火)	パン粥 白身魚の薄く煮つぶし じゃがいもの軟らか煮つぶし 清汁(上澄み) ミルク	スティックバターロール 白身魚の薄く煮つぶし じゃがいもと人参の軟らか煮 清汁(小松菜) ミルク	バターロール 鮭のタンドリー風焼き刻み じゃがいもとピーマンのソテー刻み 豆腐スープ 果物
	ミルク	ミルク おじゃ(おかか)	麦茶 豆入りおかかごはん
2・16 (水)	おかゆ 鶏ささみのクリーム煮つぶし 人参の軟らか煮つぶし 清汁(上澄み) ミルク	軟飯 鶏ささみのクリーム煮 人参ときゅうりの軟らか煮 清汁(玉ねぎ) ミルク	ごはん ハッシュドポーク刻み 人参サラダ刻み 果物
	ミルク	ミルク スティック食パン	牛乳 黒みつトースト
3・17 (木)	おかゆ お麩の薄く煮つぶし 玉ねぎの軟らか煮つぶし 味噌汁(上澄み) ミルク	軟飯 ふわふわ卵焼き 玉ねぎとじゃがいもの軟らか煮 味噌汁(わかめ) ミルク	ごはん そぼろ卵焼き刻み 酢の物刻み 味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ) 果物
	ミルク	ミルク プレーンケーキ	牛乳 バナナマフィン
4・18 (金)	おかゆ 鶏ささみの薄く煮つぶし きゅうりの軟らか煮つぶし 味噌汁(上澄み) ミルク	軟飯 鶏ささみの薄く煮つぶし きゅうりと人参の軟らか煮 味噌汁(絹豆腐) ミルク	ごはん 鶏肉のレモン焼き刻み 三色サラダ刻み 味噌汁(絹豆腐) 果物
	ミルク	ミルク さつまいもの軟らか煮	牛乳 ふかし芋
5 (土) ・ 28 (月)	おかゆ 絹豆腐の薄く煮つぶし 大根の軟らか煮つぶし 清汁(上澄み) ミルク	軟飯 絹豆腐の薄く煮つぶし 大根とほうれん草の軟らか煮 清汁(人参) ミルク	ごはん 麻婆豆腐 大根サラダ刻み 清汁(人参・ほうれん草) 果物
	ミルク	ミルク お菓子	牛乳 お菓子
7・21 (月)	おかゆ 絹豆腐の薄く煮つぶし ほうれん草の軟らか煮つぶし 清汁(上澄み) ミルク	軟飯 絹豆腐の薄く煮つぶし ほうれん草ときゅうりの軟らか煮 清汁(麩) ミルク	ごはん 五目豆刻み ほうれん草ときゅうりのおひたし刻み 清汁(長ねぎ・麩) 果物
	ミルク	ミルク お菓子	ヨーグルト お菓子
8・22 (火)	煮込みうどん(長ねぎ・ほうれん草) 鶏ささみの薄く煮つぶし 人参の軟らか煮つぶし ミルク	煮込みうどん(長ねぎ・ほうれん草) 鶏ささみの薄く煮つぶし 人参と玉ねぎの軟らか煮 ミルク	煮込みうどん刻み 松風焼き刻み ごぼうサラダ刻み 果物
	ミルク	ミルク おじゃ(青のり)	牛乳 鮭おにぎり

日付	(中期) 7~8ヶ月頃	(後期) 9~11ヶ月頃	(完了期) 12~18ヶ月頃
9・23 (水)	おかゆ 白身魚の薄く煮つぶし ほうれん草の軟らか煮つぶし 味噌汁(上澄み) ミルク	軟飯 白身魚の薄く煮 ほうれん草と里芋の軟らか煮 味噌汁(長ねぎ) ミルク	ごはん 鯖のしぐれ煮刻み 青菜とチーズの胡麻和え刻み 味噌汁(里芋・長ねぎ) 果物
	ミルク	ミルク 煮込みうどん刻み(キャベツ・人参)	牛乳 焼きそば刻み
10・31 (木)	おかゆ 鶏ささみのクリーム煮つぶし きゅうりの軟らか煮つぶし 清汁(上澄み) ミルク	軟飯 鶏ささみのクリーム煮 きゅうりと人参の軟らか煮 清汁(玉ねぎ) ミルク	10日: ミルクカレーライス刻み 31日: ハロウィンミルクカレーライス刻み バンサンスー 果物
	ミルク	ミルク お菓子	牛乳 10日: りんごゼリー 31日: りんごゼリー、ハロウィンクッキー
11・25 (金)	おかゆ 絹豆腐の薄く煮つぶし キャベツの軟らか煮つぶし 味噌汁(上澄み) ミルク	軟飯 絹豆腐の薄く煮 キャベツと人参の軟らか煮 味噌汁(わかめ) ミルク	ごはん 擬製豆腐刻み サワークラフト刻み 味噌汁(油揚げ・わかめ) 果物
	ミルク	ミルク スティック食パン	牛乳 黒糖ロール
12・26 (土)	おかゆ お麩の薄く煮つぶし きゅうりの軟らか煮つぶし 味噌汁(上澄み) ミルク	軟飯 お麩の薄く煮 きゅうりの軟らか煮 味噌汁(玉ねぎ) ミルク	ごはん 鶏肉のさっぱり煮刻み ひじきのサラダ刻み 味噌汁(切干大根・玉ねぎ) 果物
	ミルク	ミルク お菓子	牛乳 お菓子
誕生会食 24 (木)	おかゆ 鶏ささみの薄く煮つぶし きゅうりの軟らか煮つぶし 清汁(上澄み) ミルク	軟飯 鶏ささみの薄く煮 きゅうりと人参の軟らか煮 清汁(わかめ) ミルク	子ぶたさんの人参ごはん 豚肉の南部揚げ刻み もやしの三杯酢刻み 清汁(わかめ) 果物
	ミルク	ミルク いちごケーキ	牛乳 いちごケーキ~子ぶたさんのクッキーのせ~
29 (火)	おかゆ 鶏レバーの薄く煮つぶし きゅうりの軟らか煮つぶし 清汁(上澄み) ミルク	軟飯 鶏レバーの薄く煮 きゅうりと人参の軟らか煮 清汁(麩) ミルク	ごはん 鶏レバーの炒め煮刻み れんこんのサラダ刻み 清汁(麩) 果物
	ミルク	ミルク スティック食パン	牛乳 ジャムサンド
30 (水)	おかゆ 白身魚の薄く煮つぶし 人参の軟らか煮つぶし 清汁(上澄み) ミルク	軟飯 白身魚の薄く煮 人参とほうれん草の軟らか煮 清汁(玉ねぎ) ミルク	ごはん 焼き魚(さんま)刻み 切干大根の煮物刻み 野菜汁 果物
	ミルク	ミルク お菓子	牛乳 お菓子