令和２年度 10月 離乳食予定献立表

幼保連携型認定こども園打瀬保育園

日	曜	献立名（材料名）	おやつ（材料名）
1	木	お粥　スープ（チンゲン菜）　人参スティック　バナナ 豚肉の味噌煮（豚挽肉）　お浸し（人参・ほうれん草・もやし）	☆赤ちゃんせんべい
2	金	お粥　人参スティック　バナナ けんちん汁（豆腐・豚挽肉・人参・大根・白菜・小松菜）	人参粥（人参）
5	月	お粥　清まし汁（三つ葉）　胡瓜スティック　オレンジ 鶏肉のおろし煮（鶏肉・大根）　サラダ（人参・胡瓜・白菜）	じゃこ粥（じゃこ）
6	火	味噌汁（長葱）　人参スティック　オレンジ 白身魚と野菜のリゾット（お粥・カラスカレイ・人参・玉葱・南瓜・パセリ）	パセリ粥（パセリ）
7	水	スープ（キャベツ）　ブロッコリースティック　バナナ ミートスパゲティ（スパゲティ・豚挽肉・人参・玉葱・トマト・パセリ）	さつま芋の茶巾
8	木	スープ（玉葱）　胡瓜スティック　みかん 鶏と野菜のリゾット（お粥・鶏挽肉・人参・玉葱・白菜・コーン）	パセリ粥（パセリ）
9	金	スープ（チンゲン菜）　人参スティック　みかん 豚肉ときのこのリゾット（お粥・豚挽肉・人参・玉葱・しいたけ・しめじ・パセリ）	手作りゼリー（りんごジュース）
12	月	お粥　スープ（パセリ）　胡瓜スティック　オレンジ 豚肉の味噌煮（豚挽肉）　サラダ（人参・胡瓜・キャベツ）	パン粥（さつま芋）
13	火	お粥　清まし汁（白菜）　人参スティック　オレンジ 白身魚の野菜あんかけ（カラスカレイ・人参・冬瓜・白菜）	南瓜粥（南瓜）
14	水	お粥　清まし汁（わかめ）　人参スティック　バナナ 鶏肉と野菜の和風煮（鶏挽肉・人参・玉葱・冬瓜・ほうれん草）	しらす粥（しらす）
15	木	お粥　清まし汁（大根）　人参スティック　りんご 和風ハンバーグ（豚挽肉・豆腐・玉葱・人参・しめじ）	マッシュポテト（じゃが芋）
16	金	お粥　人参スティック　バナナ 鶏挽肉と南瓜のスープ煮（鶏挽肉・人参・玉葱・じゃが芋・南瓜・パセリ）	☆赤ちゃんせんべい
19	月	お粥　スープ（パセリ）　胡瓜スティック　オレンジ 豚肉のケチャップ煮（豚挽肉）　サラダ（人参・胡瓜・キャベツ）	パン粥（じゃが芋）
20	火	お粥　清まし汁（わかめ）　人参スティック　オレンジ 鮪の照り煮（めかじき）　磯和え（刻みのり・人参・小松菜・白菜）	パセリ粥（パセリ）
21	水	スープ（かぶ）　人参スティック　バナナ あんかけうどん（鶏挽肉・うどん・人参・キャベツ・ピーマン・もやし）	南瓜の茶巾
22	木	お粥　味噌汁（玉葱）　ブロッコリースティック　みかん 炒り鶏風煮（鶏挽肉・人参・玉葱・じゃが芋・里芋・グリンピース）	☆赤ちゃんせんべい
23	金	お粥　スープ（チンゲン菜）　人参スティック　バナナ 麻婆豆腐風（豚挽肉・豆腐・玉葱・人参・にら・長葱）　さつま芋甘煮	☆コーンフレーク粥
26	月	お粥　清まし汁（豆腐）　胡瓜スティック　オレンジ 鶏肉の風味煮（鶏挽肉）　和風サラダ（人参・胡瓜・キャベツ・わかめ・コーン）	パン粥（南瓜）
27	火	お粥　味噌汁（さつま芋）　人参スティック　オレンジ 鮭のソテー風（鮭）　野菜炒め風（豚挽肉・人参・玉葱・しいたけ・いんげん）	☆赤ちゃんせんべい
28	水	お粥　人参スティック　バナナ スープ煮（鶏挽肉・人参・玉葱・じゃが芋・キャベツ・グリンピース）	人参粥（人参）
29	木	お粥　スープ（パセリ）　ブロッコリースティック　バナナ ハンバーグのトマト煮込み（豚挽肉・豆腐・人参・玉葱・トマト・パセリ）	さつま芋の茶巾
30	金	お粥　胡瓜スティック　オレンジ パンプキンシチュー（鶏挽肉・人参・玉葱・南瓜・しめじ・パセリ）	手作りゼリー（りんごジュース）

＊ 材料の入荷状況などの都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。
＊ 献立は、後期～完了期向けに作成してあります。
　これをもとに、離乳食の進め方や食べることのできる食材などに応じて、個人別に対応しています。
＊ 野菜スティックは後期からです。手にもってかじる練習をしています。ご家庭でもお試しください。

☆ 印は市販品おやつの提供になります。おやつは後期からです。