



10月 離乳こんだて



マ・メール保育園

日	曜日	午後おやつ	離乳後期 (9~11ヶ月)	離乳中期 (7~8ヶ月)	離乳初期 (5~6ヶ月)
			昼食	昼食	昼食
1	木	後期 月見だんご 中期 かぼちゃマッシュ	全粥~軟飯 豚肉とかぼちゃのこってり煮 ブロッコリーの塩こうじ炒め 豆腐とねぎのみそ汁	五分粥~全粥 人参と豆腐のつぶし煮 ブロッコリーののどろろ煮	つぶし粥 人参と豆腐のつぶし煮 ブロッコリーののどろろ煮
2	金	後期 じゃこ入りおかかおにぎり 後期 お粥	コーンクリームスバゲティ オレンジ えのきと青菜のおすまし	五分粥~全粥 青菜としらすのくたくた煮 玉ねぎと人参のくす煮	つぶし粥 青菜としらすのくたくた煮 玉ねぎと人参のくす煮
3	土		野菜とそぼろの和風あんかけ丼 (全粥~軟飯) さつま芋煮 なすと人参のみそ汁	五分粥~全粥 玉ねぎと豆腐ののどろろ煮 なすと人参のみそ汁	つぶし粥 玉ねぎと豆腐ののどろろ煮 さつま芋マッシュ
5	月	後期 米粉ケーキ 中期 お粥	全粥~軟飯 肉野菜炒め 白菜の煮浸し 大根とほうれん草のみそ汁	五分粥~全粥 白菜と豆腐のやわらか煮 大根とほうれん草のみそ汁	つぶし粥 白菜と豆腐のやわらか煮 大根とほうれん草のだし煮
6	火	後期 ゆかりおにぎり 中期 マッシュポテト	全粥~軟飯 白身魚の煮付け 大豆入り磯煮 じゃが芋とチンゲン菜のみそ汁	五分粥~全粥 白身魚と人参のくす煮 チンゲン菜のくたくた煮	つぶし粥 白身魚と人参のくす煮 チンゲン菜のくたくた煮
7	水	後期 豆乳きなこもち 中期 きなこ粥	全粥~軟飯 回鍋肉 春雨の中華和え わかめとコーンのおすまし	五分粥~全粥 しらすと人参のつぶし煮 キャベツと玉ねぎのだし煮	つぶし粥 しらすと人参のつぶし煮 キャベツと玉ねぎのだし煮
8	木	後期 かぼちゃマッシュ 中期 かぼちゃマッシュ	全粥~軟飯 鶏の甘酢あんかけ 青菜の中華炒め 豆腐とねぎのみそ汁	五分粥~全粥 豆腐と人参ののどろろ煮 青菜のくたくた煮	つぶし粥 豆腐と人参ののどろろ煮 青菜のくたくた煮
9	金	後期 黄桃入りゼリー 中期 すりおろしりんご	全粥~軟飯 ポトフ 海藻サラダ りんご	五分粥~全粥 胡瓜と白身魚のつぶし煮 大根のやわらか煮	つぶし粥 胡瓜と白身魚のつぶし煮 大根のやわらか煮
10	土		みそうどん 鶏の照り煮	野菜入りみそうどん 豆腐のくす煮	つぶし粥 豆腐のくす煮 白菜と人参ののどろろ煮
12	月	後期 ポテトもち 中期 マッシュポテト	全粥~軟飯 白身魚のごま焼き 高野豆腐のそぼろ煮 青菜と玉ねぎのみそ汁	五分粥~全粥 白身魚と人参のつぶし煮 青菜と玉ねぎのみそ汁	つぶし粥 白身魚と人参のつぶし煮 青菜と玉ねぎのくたくた煮
13	火	後期 焼きおにぎり 中期 お粥	米粉パン 野菜入りミートボール かぼちゃサラダ ねぎとコーンのおすまし	五分粥~全粥 豆腐と玉ねぎと人参のくす煮 かぼちゃマッシュ	つぶし粥 豆腐と玉ねぎと人参のくす煮 かぼちゃマッシュ
14	水	後期 パイ入りゼリー 中期 マッシュポテト	全粥~軟飯 鶏の照り煮 キャベツのおかか和え 大根のみそ汁	五分粥~全粥 キャベツとしらすのくたくた煮 大根のみそ汁	つぶし粥 キャベツとしらすのくたくた煮 大根のだし煮
15	木	後期 鬼まんじゅう 中期 さつま芋マッシュ	ビビンバ丼 (全粥~軟飯) オレンジ 白菜とわかめのおすまし	五分粥~全粥 ほうれん草と白身魚のやわらか煮 白菜とわかめのおすまし	つぶし粥 ほうれん草と白身魚のやわらか煮 白菜ののどろろ煮

※ 材料の都合により献立を変更する場合があります。

日	曜日	午後おやつ	離乳後期 (9~11ヶ月)	離乳中期 (7~8ヶ月)	離乳初期 (5~6ヶ月)
			昼食	昼食	昼食
16	金	後期 じゃこ入りチヂミ 中期 お粥	全粥~軟飯 鶏肉の塩こうじ焼き 切干大根とツナの和え物 えのきのみそ汁	五分粥~全粥 しらすと人参のつぶし煮 胡瓜のおろし煮	つぶし粥 しらすと人参のつぶし煮 胡瓜のおろし煮
17	土		ねぎ塩豚丼 (全粥~軟飯) じゃが芋煮 なすとわかめのみそ汁	五分粥~全粥 じゃが芋と豆腐のやわらか煮 なすとわかめのみそ汁	つぶし粥 じゃが芋と豆腐のやわらか煮 なすとわかめのみそ汁
19	月	後期 菜めしおにぎり 中期 お粥	全粥~軟飯 マーボー豆腐 ナムル 春雨とコーンのおすまし	五分粥~全粥 豆腐と人参のくす煮 青菜のだし煮	つぶし粥 豆腐と人参のくす煮 青菜のだし煮
20	火	後期 フルーツポンチ 中期 マッシュポテト	全粥~軟飯 チキンのケチャップ煮 ライスパスタサラダ チンゲン菜と玉ねぎのおすまし	五分粥~全粥 白身魚と人参のつぶし煮 チンゲン菜と玉ねぎのおすまし	つぶし粥 白身魚と人参のつぶし煮 チンゲン菜と玉ねぎのくたくた煮
21	水	後期 みたらし団子風 中期 さつま芋マッシュ	全粥~軟飯 白身魚のソテー ほうれん草の煮浸し わかめのみそ汁	五分粥~全粥 白身魚と人参のやわらか煮 ほうれん草のくたくた煮	つぶし粥 白身魚と人参のやわらか煮 ほうれん草のくたくた煮
22	木	後期 きなこ粥 中期 きなこ粥	さつま芋ごはん (全粥~軟飯) あんかけ松風焼き ひじき煮 ねぎと大根のみそ汁	五分粥~全粥 豆腐と大根ののどろろ煮 玉ねぎと人参のくす煮	つぶし粥 豆腐と大根ののどろろ煮 玉ねぎと人参のくす煮
23	金	後期 マッシュポテト 中期 マッシュポテト	全粥~軟飯 豚肉と野菜のトマト煮 青菜とじゃこのサラダ りんご	五分粥~全粥 青菜としらすのつぶし煮 すりおろしりんご	つぶし粥 青菜としらすのつぶし煮 すりおろしりんご
24	土		米粉パン チキンケチャップ もやしとわかめのおすまし	五分粥~全粥 白身魚と玉ねぎののどろろ煮 人参のつぶし煮	つぶし粥 白身魚と玉ねぎののどろろ煮 人参のつぶし煮
26	月	後期 ぶどうゼリー 中期 マッシュポテト	全粥~軟飯 鶏の照り煮 ブロッコリーサラダ キャベツのみそ汁	五分粥~全粥 ブロッコリーと豆腐のくす煮 キャベツのみそ汁	つぶし粥 ブロッコリーと豆腐のくす煮 キャベツののどろろ煮
27	火	後期 スイートポテト 中期 さつま芋マッシュ	中華飯 (全粥~軟飯) ささみと胡瓜の中華和え チンゲン菜ともやしのおすまし	五分粥~全粥 ささみと胡瓜ののどろろ煮 チンゲン菜のくたくた煮	つぶし粥 白身魚と胡瓜ののどろろ煮 チンゲン菜のくたくた煮
28	水	後期 白いカステラケーキ (豆乳ホイップなし) 中期 お粥	全粥~軟飯 ハンバーグ ビーフソテー 高野豆腐とえのきのみそ汁	五分粥~全粥 豆腐のくす煮 玉ねぎと人参ののどろろ煮	つぶし粥 豆腐のくす煮 玉ねぎと人参ののどろろ煮
29	木	後期 豆腐パンケーキ 中期 マッシュポテト	全粥~軟飯 鮭のちゃんちゃん焼き 粉ふき芋 大根とわかめのおすまし	五分粥~全粥 鮭とキャベツのやわらか煮 大根とわかめのおすまし	つぶし粥 白身魚とキャベツのやわらか煮 大根のくたくた煮
30	金	後期 五平もち 中期 みそ粥	あんかけうどん 豆腐と青菜の炒めもの オレンジ	野菜入りあんかけうどん 豆腐と青菜のだし煮	つぶし粥 豆腐と青菜のだし煮 玉ねぎと人参ののどろろ煮
31	土		三色そぼろ丼 (全粥~軟飯) かぼちゃ煮 しめじと人参のみそ汁	五分粥~全粥 ほうれん草と豆腐のつぶし煮 かぼちゃマッシュ	つぶし粥 ほうれん草と豆腐のつぶし煮 かぼちゃマッシュ