

# 令和6年10月 離乳食献立表

久良岐保育園

日		前期 (5~8ヶ月)	中期・後期 (7~8・9~11ヶ月)	完了期 (12~18ヶ月)	おやつ	日	前期 (5~8ヶ月)	中期・後期 (7~8・9~11ヶ月)	完了期 (12~18ヶ月)	おやつ	
1	火	バナナ 10倍がゆ 鶏そぼろのどろどろ 人参のどろどろ	おかゆ/軟飯 人参の鶏そぼろ煮/人参入りつくね チンゲン菜和え もやしと豆腐の味噌汁	ごはん マーボ豆腐(にんにく・しょうが無し) ナムル風煮びたし(お酢無し) もやしスープ	ふかし芋	19	ハイハイ ビスケット	つぶし粥 高野豆腐のどろどろ じゃが芋のどろどろ	おかゆ/軟飯 高野豆腐の煮物 蒸しじゃが 人参と玉葱の味噌汁	スパゲッティ・ミートソース じゃが芋としめじのサラダ 人参スープ	ハイハイ ビスケット
2	水	柿 つぶし粥 キャベツときなこのどろどろ かぼちゃのどろどろ	おかゆ/軟飯 鶏レバーの甘辛煮 キャベツ和え 玉葱と人参の味噌汁	ごはん 鶏レバー入りポークビーンズ シーチキンサラダ(お酢なし) オニオンスープ	おほかおむすび	21	ヨーグルト	つぶし粥 じゃが芋ときな粉のどろどろ キャベツのどろどろ	おかゆ/軟飯 白身魚の煮付け キャベツ和え じゃが芋と人参の味噌汁	ごはん 鮭のサラダソースがけ(れんこん無し) ハムサラダ(お酢無し) ポテトスープ	かぼちゃサンド シュガーサンド
3	木	バナナ つぶし粥 豆腐のどろどろ 里芋のどろどろ	おかゆ/軟飯 豆腐の煮物/豆腐ステーキ 里芋和え 玉葱と大根の味噌汁	ごはん 厚揚げ田楽 大根と里芋のそぼろ煮 玉葱とわかめの味噌汁	きなこサンド 肉まん	22	バナナ	つぶし粥 鶏そぼろのどろどろ キャベツのどろどろ	おかゆ/軟飯 キャベツの鶏そぼろ煮/ハンバーグ 人参和え チンゲン菜と玉葱の味噌汁	ごはん きのこハンバーグ コールスローサラダ チンゲン菜スープ	お楽しみおやつ
4	金	ハイハイ ビスケット つぶし粥 鶏そぼろのどろどろ 大根のどろどろ	おかゆ/軟飯 大根のそぼろ煮/ハンバーグ キャベツ和え 人参とねぎの味噌汁	ごはん ハンバーグ 塩もみ・ミニトマト 具だくさん味噌汁(ごぼう無し)	米粉クリーム	23	オレンジ	つぶし粥 豆腐のどろどろ 人参のどろどろ	おかゆ/軟飯 豆腐の煮物/豆腐ステーキ さつま芋和え 大根とねぎの味噌汁 バナナ	ごはん 豆腐ステーキ さつま芋のごま和え 豚汁(こんにやく無し) バナナ	南瓜サンド
7	月	ヨーグルト つぶし粥 さつま芋のどろどろ キャベツのどろどろ	おかゆ/軟飯 ささみの煮物 さつま芋和え キャベツと玉葱の味噌汁	ごはん 鶏肉の甘辛煮 にんじんしりしり・さつま芋の甘煮 キャベツと玉葱の味噌汁	蒸しじゃが じゃが芋の青のり和え	24	遠足				きな粉おはぎ風
8	火	ふかし芋 つぶし粥 人参ときな粉のどろどろ 南瓜のどろどろ	おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮/つくね じゃが芋マッシュ 人参のポターージュ	ごはん つくね 粉吹きも えのきと油揚げの味噌汁	バナナヨーグルト	25	ハイハイ ビスケット	つぶし粥 鶏そぼろのどろどろ 南瓜のどろどろ	おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮/ハンバーグ マカロニときゅうり和え 人参のポターージュ バナナ	ごはん ハンバーグ マカロニサラダ 人参のポターージュ バナナ	すいとん(油揚げなし) すいとん
9	水	ハイハイ ビスケット つぶし粥 小松菜のどろどろ キャベツときな粉のどろどろ	おかゆ/軟飯 小松菜の鶏そぼろ煮/つくねと小松菜の煮物 人参和え ねぎと大根の味噌汁	ごはん ビビンバ風 南瓜の甘煮 中華風春雨スープ	煮込みうどん (ねぎ・人参) めんつゆうどん (ねぎ・人参)	26	ハイハイ ビスケット	つぶし粥 高野豆腐のどろどろ 人参のどろどろ	おかゆ/軟飯 高野豆腐の煮物 人参和え コーンと玉葱の味噌汁	ガーリックライス コーンブロッコリー オニオンスープ	ハイハイ ビスケット
10	木	バナナ つぶし粥 鶏そぼろのどろどろ 里芋のどろどろ	おかゆ/軟飯 里芋の鶏そぼろ煮/里芋と肉団子の煮物 キャベツ和え ねぎと人参の味噌汁	ごはん 豚肉の照り焼き ひじきと野菜の炒め物(筍・竹輪無し) いもこ汁(蒟蒻なし)	南瓜蒸しパン チーズ蒸しパン	28	ヨーグルト	つぶし粥 じゃが芋ときな粉のどろどろ 人参のどろどろ	おかゆ/軟飯 鶏レバーの甘辛煮/ チンゲン菜和え じゃが芋と玉葱の味噌汁	ごはん 鶏レバーの甘辛煮 納豆和え じゃが芋と玉葱の味噌汁	豆乳入りコーンフレーク 牛乳入りコーンフロスト
11	金	オレンジ つぶし粥 豆腐のどろどろ 人参のどろどろ	おかゆ/軟飯 白身魚の煮付け チンゲン菜和え 人参と豆腐の味噌汁	ごはん 白身魚の西京焼き ひじきの白和え 人参とわかめのすまし汁	お野菜スパゲッティ キャベツとしらすのスパゲッティ	29	ふかし芋	つぶし粥 豆腐のどろどろ キャベツのどろどろ	おかゆ/軟飯 豆腐の煮物/豆腐ステーキ 人参和え キャベツと玉葱の味噌汁	ごはん 豆腐のケチャップ煮 春雨サラダ(お酢無し) キャベツスープ	きな粉蒸しパン
12	土	ハイハイ ビスケット つぶし粥 高野豆腐のどろどろ じゃが芋のどろどろ	おかゆ/軟飯 高野豆腐の煮物 さつま芋和え かぶと玉葱の味噌汁	とん丼 さつま芋の甘煮 かぶとかぶの葉の味噌汁	ハイハイ ビスケット	30	ハイハイ ビスケット	つぶし粥 南瓜ときな粉のどろどろ 人参のどろどろ	おかゆ/軟飯 ささみの煮物 かぼちゃのマッシュ 人参と玉葱の味噌汁	ごはん チキンのハーブ焼き かぼちゃサラダ 人参スープ	おほかおむすび ひじきおむすび
15	火	ヨーグルト つぶし粥 豆腐のどろどろ キャベツのどろどろ	おかゆ/軟飯 豆腐の煮物/豆腐ハンバーグ キャベツ和え さつま芋のとねぎの味噌汁	ごはん 豆腐の中華煮 大根炒めサラダ さつま芋とねぎの味噌汁	きな粉サンド	31	バナナ	つぶし粥 さつま芋のどろどろ 大根のどろどろ	おかゆ/軟飯 さつま芋のささみの煮物 人参和え 大根と玉葱の味噌汁	ごはん 鶏肉とさつま芋の旨煮 ひじきサラダ(お酢無し) 大根と油揚げの味噌汁	バナナサンド
16	水	オレンジ つぶし粥 鶏そぼろのどろどろ 大根のどろどろ	おかゆ/軟飯 大根の鶏そぼろ煮/大根入りつくね 里芋和え 豆腐とねぎの味噌汁	ごはん 豚肉と野菜の味噌煮 鉄骨サラダ(お酢無し) 豆腐とねぎとえのきのすまし汁	南瓜の甘煮 柿 クラッカーサンド 柿						
17	木	バナナ つぶし粥 さつま芋ときな粉のどろどろ かぶのどろどろ	おかゆ/軟飯 さつま芋のそぼろ煮/さつま芋と肉団子の煮物 人参和え かぶと南瓜の味噌汁	ごはん さつま芋と肉団子の煮物 大豆と人参の煮物 かぶとしめじの味噌汁	マカロニきなこ						
18	金	ハイハイ ビスケット つぶし粥 じゃが芋ときな粉のどろどろ 人参のどろどろ	おかゆ/軟飯 ささみの煮物 じゃが芋マッシュ 南瓜のポターージュ ぶどう	ごはん チキンのトマト煮 ポテトサラダ 南瓜のポターージュ ぶどう	煮込みうどん 焼うどん						