



平成29年 10月の離乳食

1・3・5週					
曜	日	朝のおやつ	献立(材料)	主食	3時のおやつ・材料
月	2 16 30	赤ちゃんせんべい	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(さつまいも・ブロッコリー)、白菜の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 玉葱
火	3 17 31	紫芋チップ	豆腐の煮付け 野菜のやわらか煮(大根・ブロッコリー)、人参の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ じゃが芋
水	18	赤ちゃんせんべい	カレイの煮付け 野菜のやわらか煮(人参・南瓜)、玉葱の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ きやべつ
木	5 19	紫芋チップ	豆腐の煮付け 野菜のやわらか煮(きやべつ・人参)、じゃが芋の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 玉葱
金	6 20	赤ちゃんせんべい	さわらの煮付け 野菜のやわらか煮(玉葱・さつまいも)、小松菜の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 人参
土	7 21	赤ちゃんせんべい	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(南瓜・人参)、玉葱の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ きやべつ

2・4週					
曜	日	朝のおやつ	献立(材料)	主食	3時のおやつ・材料
月	23	赤ちゃんせんべい	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(ほうれん草・人参)、じゃが芋の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 玉葱
火	10 24	紫芋チップ	カレイの煮付け 野菜のやわらか煮(さつまいも・人参)、玉葱の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ きやべつ
水	11 25	赤ちゃんせんべい	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(玉葱・南瓜)、ブロッコリーの煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 小松菜
木	12 26	紫芋チップ	さらわの煮付け 野菜のやわらか煮(大根・ブロッコリー)、人参の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ ほうれん草
金	13 27	赤ちゃんせんべい	豆腐の煮付け 野菜のやわらか煮(チンゲン菜・人参)、大根の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 南瓜
土	14 28	紫芋チップ	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(ブロッコリー・じゃが芋)、人参の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 玉葱

認定こども園 ほそだ

☆食材の大きさや、おかゆは子どもに合わせたものにします。

