



平成30年

10月の離乳食

認定こども園ほそだ

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	1 15 29	赤ちゃんせんべい	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(ブロッコリー・玉葱)、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
火	2 16 30	紫芋チップ	さけの煮付け 野菜のやわらか煮(さつまいも・人参)、白菜の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 玉葱
水	17 31	赤ちゃんせんべい	さわらの煮付け 野菜のやわらか煮(じゃが芋・ブロッコリー)、南瓜の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 小松菜
木	4 18	紫芋チップ	豆腐の煮付け 野菜のやわらか煮(小松菜・玉葱)、人参の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ きやべつ
金	5 19	赤ちゃんせんべい	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(小松菜・南瓜)、大根の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 人参
土	6 20	赤ちゃんせんべい	豆腐の煮付け 野菜のやわらか煮(人参・ブロッコリー)、きやべつの煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ さつまいも

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	22	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・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 きやべつ
火	9 23	紫芋チップ	さけの煮付け 野菜のやわらか煮(大根・玉葱)、さつまいもの煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 人参
水	10 24	赤ちゃんせんべい	豆腐の煮付け 野菜のやわらか煮(じゃが芋・ブロッコリー)、玉葱の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ ほうれん草
木	11 25	紫芋チップ	かれいの煮付け 野菜のやわらか煮(白菜・ほうれん草)、南瓜の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 大根
金	12 26	赤ちゃんせんべい	豆腐の煮付け 野菜のやわらか煮(人参・玉葱)、さつまいもの煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ チンゲン菜
土	13 27	赤ちゃんせんべい	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(大根・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

☆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。

