

2024年 10月 離乳食 献立

日にち	曜日	5・6ヶ月頃午前	7・8ヶ月頃午前	7・8ヶ月頃午後	9～11ヶ月頃午前	9～11ヶ月頃午後	食 材
1・22	火	かゆ 白身魚 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ 澄まし汁 高野豆腐の煮物 バナナ	野菜うどん	かゆ 澄まし汁 高野豆腐の煮物 バナナ	野菜うどん	米 ツナ 高野豆腐 玉ねぎ 人参 キャベツ バナナ うどん 鶏ひき肉
2・23	水	かゆ 絹ごし豆腐 スープ(野菜だし)	かゆ みそ汁(玉ねぎ) 鶏肉の和風煮 オレンジ	ミルクパンがゆ	かゆ みそ汁(玉ねぎ) 鶏肉の和風煮 オレンジ	パンスティック	米 鶏ささ身 キャベツ 人参 玉ねぎ わかめ(後期) オレンジ 食パン
3・17	木	かゆ おふ 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ 野菜スープ 白身魚のスープ煮 バナナ	マカロニきなこ	かゆ 野菜スープ 白身魚のコンソメ煮 バナナ	蒸しパン	米 白身魚 人参 白菜 玉ねぎ バナナ マカロニ きなこ(中期) ホットケーキミックス(後期)
4・18	金	かゆ 白身魚 スープ(野菜だし)	和風うどん さつまいものマッシュ オレンジ	そばろおじや	和風うどん さつまいもスティック オレンジ	そばろおじや	うどん 豚肉(後期) 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 大根 さつまいも オレンジ 米
7・28	月	かゆ おふ スープ(野菜だし)	かゆ ブロッコリーのスープ 鶏肉と大根の煮物 オレンジ	しらすうどん	かゆ ブロッコリーのスープ 鶏肉と大根の煮物 オレンジ	しらすうどん	米 鶏ささ身 人参 大根 ブロッコリー 玉ねぎ オレンジ うどん しらす
8・21	火 月	かゆ 白身魚 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ みそ汁(じゃがいも) 鮭と小松菜の煮物 バナナ	豆腐おやき	かゆ みそ汁(じゃがいも) 鮭と小松菜の煮物 バナナ	豆腐おやき	米 鮭 小松菜 人参 玉ねぎ キャベツ じゃがいも バナナ 木綿豆腐 鶏ひき肉
9・30	水	かゆ 絹ごし豆腐 スープ(野菜だし)	かゆ 澄まし汁 筑前煮 オレンジ	きなこパンがゆ	かゆ 澄まし汁 筑前煮 オレンジ	ホットケーキ	米 鶏ささ身 大根 人参 玉ねぎ 絹ごし豆腐 オレンジ 食パン きなこ(中期) ホットケーキミックス(後期)
10・24	木	かゆ おふ 和風だしスープ(かつお・昆布)	豆腐のそばろあんかけ丼 みそ汁(にんじん) バナナ	さつまいものマッシュ	豆腐のそばろあんかけ丼 みそ汁(にんじん) バナナ	さつまいもスティック	米 絹ごし豆腐 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ バナナ さつまいも
11・25	金	かゆ 絹ごし豆腐 和風だしスープ(かつお・昆布)	パンがゆ 豆乳シチュー オレンジ	鮭とほうれん草のリゾット	パンスティック 豆乳シチュー オレンジ	鮭とほうれん草のリゾット	食パン 鶏ささ身 じゃがいも 人参 玉ねぎ 豆乳 オレンジ 米 鮭 ほうれん草
15・29	火	かゆ おふ スープ(野菜だし)	かゆ みそ汁(ほうれん草) 野菜のそばろ煮 バナナ	ツナうどん	かゆ みそ汁(ほうれん草) 野菜のそばろ煮 バナナ	ツナうどん	米 鶏ひき肉 キャベツ 人参 玉ねぎ ほうれん草 バナナ うどん ツナ
16	水	かゆ おふ 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ 豆腐スープ 鶏肉とキャベツの味噌煮	コーンクリームパンがゆ	かゆ 豆腐スープ 豚肉とキャベツの味噌煮	パンスティック	米 鶏ささ身(中期) 豚肉(後期) キャベツ 人参 玉ねぎ 絹ごし豆腐 チンゲン菜 食パン コーンクリーム(中期)
31	木	かゆ 絹ごし豆腐 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ 野菜スープ 肉じゃが オレンジ	かぼちゃリゾット	かゆ 野菜スープ 肉じゃが オレンジ	かぼちゃリゾット	米 鶏ひき肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ ブロッコリー オレンジ ツナ かぼちゃ

