

2025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	水	かゆ 白身魚 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ 豆腐スープ 鶏肉とキャベツの煮物 オレンジ	マカロニきなこ	かゆ 豆腐スープ 鶏肉とキャベツの煮物 オレンジ	ホットケーキ	米 鶏ささ身 絹ごし豆腐 キャベツ 人参 玉ねぎ オレンジ マカロニ きなこ(中期) ホットケーキミックス(後期)
2・23	木	かゆ 絹ごし豆腐 スープ(野菜だし)	かゆ 野菜スープ 白身魚のコンソメ煮 バナナ	和風うどん	かゆ 野菜スープ 白身魚のコンソメ煮 バナナ	和風うどん	米 白身魚 ブロッコリー キャベツ 人参 玉ねぎ バナナ うどん 鶏ひき肉
3・17	金	かゆ おふ 和風だしスープ(かつお・昆布)	パンがゆ クリームシチュー オレンジ	鮭リゾット	パンスティック クリームシチュー オレンジ	鮭リゾット	食パン 鶏ささ身 人参 じゃがいも 玉ねぎ オレンジ 米 鮭 ほうれん草
4・25	土	かゆ 白身魚 スープ(野菜だし)	かゆ コンソメスープ 鶏肉の野菜煮 バナナ	せんべい ヨーグルト	かゆ コンソメスープ 豚肉の野菜煮 バナナ	せんべい ヨーグルト	米 鶏ささ身(中期) 豚肉(後期) キャベツ 人参 玉ねぎ じゃがいも バナナ ヨーグルト
6・27	月	かゆ 絹ごし豆腐 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ みそ汁(大根) 鶏肉の和風煮 バナナ	しらすうどん	かゆ みそ汁(大根) 鶏肉の和風煮 バナナ	しらすうどん	米 鶏ささ身 大根 人参 玉ねぎ キャベツ バナナ うどん しらす
7・21	火	かゆ おふ スープ(野菜だし)	かゆ みそ汁(白菜) 豆腐のそぼろ煮 バナナ	ツナおじや	かゆ みそ汁(白菜) 豆腐のそぼろ煮 バナナ	ツナおじや	米 鶏ひき肉 絹ごし豆腐 玉ねぎ 人参 白菜 バナナ ツナ
8・20	水 月	かゆ 白身魚 和風だしスープ(かつお・昆布)	野菜あんかけ丼 みそ汁(豆腐) オレンジ	ミルクパンがゆ	野菜あんかけ丼 みそ汁(豆腐) オレンジ	蒸しパン	米 鶏ささ身(中期) 豚肉(後期) 玉ねぎ 人参 大根 オレンジ 食パン(中期) ホットケーキミックス(後期)
9・30	木	かゆ 絹ごし豆腐 スープ(野菜だし)	和風うどん さつまいものマッシュ バナナ	そぼろおじや	和風うどん さつまいものマッシュ バナナ	そぼろおじや	うどん ツナ 玉ねぎ 人参 白菜 さつまいも バナナ 米 鶏ひき肉
10・24	金	かゆ おふ 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ みそ汁(じゃがいも) 豆腐の野菜あんかけ オレンジ	パンがゆ	かゆ みそ汁(じゃがいも) 豆腐の野菜あんかけ オレンジ	パンスティック	米 鶏ひき肉 絹ごし豆腐 玉ねぎ 人参 じゃがいも オレンジ 食パン
11	土	かゆ 白身魚 スープ(野菜だし)	かゆ みそ汁(豆腐) ツナじゃが バナナ	せんべい ヨーグルト	かゆ みそ汁(豆腐) ツナじゃが バナナ	せんべい ヨーグルト	米 ツナ じゃがいも 人参 玉ねぎ 絹ごし豆腐 バナナ ヨーグルト
14・28	火	かゆ 絹ごし豆腐 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ みそ汁(さつまいも) 鮭の磯和え オレンジ	野菜リゾット	かゆ みそ汁(さつまいも) 鮭の磯和え オレンジ	野菜リゾット	米 鮭 青のり 人参 玉ねぎ 大根 さつまいも オレンジ 鶏ひき肉
15・29	水	かゆ おふ スープ(野菜だし)	かゆ 澄まし汁 鶏肉と根菜の煮物 バナナ	ミルクパンがゆ	かゆ 澄まし汁 豚肉と根菜の煮物 バナナ	(15)パンスティック (29)ホットケーキ	米 鶏ささ身(中期) 豚肉(後期) 人参 玉ねぎ 絹ごし豆腐 大根 わかめ(後期) 食パン (29)ホットケーキミックス(後期)
16	木	かゆ 白身魚 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ みそ汁(かぼちゃ) 鶏肉と大根の煮物 バナナ	じゃがいもの磯和え	かゆ みそ汁(かぼちゃ) 鶏肉と大根の煮物 バナナ	じゃがいもの磯和え	米 鶏ささ身 大根 小松菜 人参 かぼちゃ バナナ じゃがいも 青のり
31	金	かゆ 絹ごし豆腐 スープ(野菜だし)	かゆ ポトフ ブロッコリーのサラダ オレンジ	かぼちゃリゾット	かゆ ポトフ ブロッコリーのサラダ オレンジ	かぼちゃリゾット	米 鶏ささ身 玉ねぎ 人参 じゃがいも ブロッコリー オレンジ ツナ かぼちゃ

