



# 2021年10月離乳食 完了期献立表



こばと保育園

日	曜	午前おやつ	献立名	材料	午後おやつ
1	金	南瓜ポーロ豆乳	軟飯 のっぺい汁 鶏肉のねぎ味噌焼き キャベツ煮 ぶどう	米 里芋 人参 ごぼう ねぎ 鶏肉 ねぎ キャベツ ぶどう 米粉 りんご 豆乳	りんごの蒸しパン 豆乳
2	土	ハイハイ豆乳	豚ひき肉のあんかけ丼 白菜スープ きゅうりとツナ煮 パナナ	米 豚挽肉 ねぎ 白菜 玉ねぎ 人参 万能ねぎ きゅうり ツナ缶 パナナ 米 わかめ 豆乳	わかめ入り雑炊 豆乳
4 18	月	ハイハイ豆乳	軟飯 わかめと豆腐の味噌汁 鮭の塩焼き 大根のそぼろ煮 南瓜煮 りんご	米 豆腐 わかめ 万能ねぎ 鮭 大根 豚挽肉 さやえんどう 南瓜 りんご 米パン きな粉 豆乳	きな粉トースト 豆乳
5 19	火	南瓜ポーロ豆乳	トースト ほうれん草と人参のスープ 照り焼きチキン ピーマン煮 柿	米パン ほうれん草 玉ねぎ 人参 鶏肉 ピーマン ツナ缶 柿 米 鮭 豆乳	鮭入り雑炊 豆乳
6 20	水	ハイハイ豆乳	軟飯 切干大根の味噌汁 つくね ほうれん草煮 ぶどう	米 切干大根 玉ねぎ 生揚げ ワカメ 鶏挽肉 玉ねぎ ほうれん草 人参 コーン缶 ぶどう さつまいも 豆乳	芋もち 豆乳
7 21	木	南瓜ポーロ豆乳	煮込みうどん 煮豆 バナナ	米麺 豚挽肉 キャベツ もやし 玉ねぎ きくらげ いんげんまめ バナナ 米 豆腐(7) 豆乳	豆腐と米粉の蒸しパン(7) ぶどうゼリー(21) ハイハイ (21) 豆乳
8 22	金	ハイハイ豆乳	軟飯 かぶの味噌汁 白身魚の野菜あんかけ 五目野菜煮 梨	米 かぶ えのきたけ カラスカレイ 玉ねぎ 人参 大豆水煮 ごぼう さやえんどう 梨 米粉 豆乳	米粉のパンケーキ 豆乳
9 23	土	ハイハイ豆乳	なすと鶏ひき肉のあんかけ丼 キャベツと生揚げの味噌汁 ひじき煮 りんご	米 鶏挽肉 なす ねぎ キャベツ 万能ねぎ 生揚げ ひじき きゅうり 人参 大豆水煮 ツナ缶 りんご 米パン 豆乳	ラスク 豆乳
11 25	月	南瓜ポーロ豆乳	鶏丼 白菜と厚揚げの味噌汁 野菜煮 梨	米 鶏肉 玉ねぎ 白菜 万能ねぎ 生揚げ トマト きゅうり キャベツ 玉ねぎ 人参 コーン缶 梨 米粉の餃子皮 りんご 豆乳	焼きアップルパイ 豆乳
12	火	ハイハイ豆乳	ケチャップライス コーンスープ 鶏肉の照り焼き ブロッコリー煮 オレンジ	米 人参 玉ねぎ マッシュルーム缶 コーン缶 コーンクリーム缶 豆乳 鶏肉 ブロッコリー 玉ねぎ オレンジ 南瓜 米粉 豆乳	南瓜の蒸しパン 豆乳
26	火	南瓜ポーロ豆乳	トースト 青梗菜のスープ 鶏肉のケチャップ焼き ジャが芋煮 りんご	米パン 青梗菜 ねぎ しめじ 鶏肉 玉ねぎ ジャが芋 きゅうり 人参 ツナ缶 りんご 米 わかめ 豆乳	わかめ入りおかゆ 豆乳
13 27	水	ハイハイ豆乳	軟飯 ちゃんこ汁 カジキ煮 大根のそぼろ煮 ぶどう	米 白菜 人参 ねぎ もやし たら 豆腐 カジキ ねぎ 大根 豚挽肉 ぶどう 米粉 ブルーベリージャム 豆乳	ブルーベリージャム蒸しパン 豆乳
14 28	木	南瓜ポーロ豆乳	味噌煮込みうどん 南瓜の落とし揚げ バナナ	米麺 大根 ごぼう 人参 ねぎ ほうれん草 南瓜 鶏挽肉 バナナ 米 ゆかり 豆乳	ゆかり雑炊 豆乳
15 29	金	ハイハイ豆乳	軟飯 沢煮焼 鶏肉のみそ焼き 根菜煮 ブロッコリー煮 グレープフルーツ	米 大根 人参 干し椎茸 ごぼう ねぎ 鶏肉 たけのこ れんこん さやえんどう ブロッコリー グレープフルーツ 米パン 豆乳	シュガートースト 豆乳
16 30	土	ハイハイ豆乳	鶏丼 青梗菜とえのきたけのスープ 野菜煮 バナナ	米 鶏肉 ねぎ 青梗菜 えのきたけ 人参 キャベツ きゅうり コーン缶 バナナ 米 しらす 豆乳	しらす雑炊 豆乳

☆形状は月齢に合わせています。材料の都合上献立が変更になる場合があります。