



10月離乳食献立予定表

松寺こども園

日	曜	後期(9~11ヶ月) 歯茎でつぶせる固さ 全粥~軟飯
1	水	軟飯 魚の照り焼き 煮物(じゃが芋 人参 玉ねぎ 豚挽肉) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麺)
2	木	軟飯 ミートボール(鶏挽肉 パン粉) サラダ(マカロニ 人参 胡瓜 マヨドレ) 味噌汁(人参 玉ねぎ さつま芋)
3	金	軟飯 豆腐ステーキそぼろあんかけ(木綿豆腐 豚挽肉) ツナ和え(さつま芋 人参 玉ねぎ まぐろ油漬け) スープ(人参 玉ねぎ 茄子)
4	土	軟飯 煮魚 サラダ(じゃが芋 人参 玉ねぎ マヨドレ) 味噌汁(人参 キャベツ 玉ねぎ) バナナ
6	月	軟飯 ハンバーグ(鶏挽肉 パン粉) 煮物(人参 さつま芋 玉ねぎ) 味噌汁(人参 玉ねぎ 紹豆腐)
7	火	軟飯 炒り豆腐(木綿豆腐 人参 玉ねぎ 豚挽肉) サラダ(マカロニ 人参 胡瓜 まぐろ油漬け マヨドレ) スープ(人参 玉ねぎ キャベツ)
8	水	軟飯 ミートボール(鶏挽肉 パン粉) サラダ(南瓜 人参 キャベツ マヨドレ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麺)
9	木	軟飯 魚のムニエル 和え物(人参 ほうれん草 キャベツ 玉ねぎ) 味噌汁(人参 玉ねぎ さつま芋)
10	金	軟飯 ハンバーグ(豚挽肉 パン粉) ひじき煮(人参 ひじき じゃが芋 玉ねぎ) 味噌汁(人参 もやし 玉ねぎ おつゆ麺)
11	土	軟飯 豆腐ステーキ 煮物(人参 じゃが芋 玉ねぎ 鶏挽肉) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麺)
14	火	軟飯 ミートボール(豚挽肉 パン粉) スパゲティ炒め煮(スパゲティ 玉ねぎ 人参 まぐろ油漬け) 味噌汁(人参 玉ねぎ 南瓜)
15	水	軟飯 魚のケチャップあんかけ 煮物(人参 大根 玉ねぎ 鶏挽肉) 味噌汁(人参 玉ねぎ 紹豆腐 わかめ)
16	木	軟飯 ハンバーグ(豚挽肉 パン粉) さつま芋煮(さつま芋 人参 玉ねぎ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麺)
17	金	軟飯 豆腐ステーキそぼろあんかけ(木綿豆腐 豚挽肉) ツナ和え(さつま芋 人参 玉ねぎ まぐろ油漬け) スープ(人参 玉ねぎ 茄子)
18	土	軟飯 煮魚 サラダ(人参 玉ねぎ じゃが芋) 味噌汁(人参 玉ねぎ 紹豆腐) バナナ
20	月	軟飯 魚の照り焼き 煮物(じゃが芋 人参 玉ねぎ 豚挽肉) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麺)
21	火	軟飯 ミートボール(鶏挽肉 パン粉) サラダ(マカロニ 人参 胡瓜 マヨドレ) 味噌汁(人参 玉ねぎ さつま芋)
22	水	軟飯 ハンバーグ(豚挽肉 パン粉) 煮物(人参 さつま芋 玉ねぎ) 味噌汁(人参 玉ねぎ 紹豆腐)
23	木	軟飯 炒り豆腐(木綿豆腐 人参 玉ねぎ 鶏挽肉) サラダ(マカロニ 人参 胡瓜 まぐろ油漬け マヨドレ) スープ(人参 玉ねぎ キャベツ)
24	金	軟飯 煮魚 サラダ(南瓜 人参 キャベツ マヨドレ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麺)
25	土	軟飯 豆腐ステーキ 煮物(人参 玉ねぎ じゃが芋 マヨドレ) スープ(人参 玉ねぎ おつゆ麺)
27	月	軟飯 魚のムニエル 和え物(人参 ほうれん草 キャベツ 玉ねぎ) 味噌汁(人参 玉ねぎ さつま芋)
28	火	軟飯 ミートボール(豚挽肉 パン粉) スパゲティ炒め煮(スパゲティ 玉ねぎ 人参 まぐろ油漬け) 味噌汁(人参 玉ねぎ 南瓜)
29	水	軟飯 ハンバーグ(豚挽肉 パン粉) ひじき煮(人参 ひじき じゃが芋 玉ねぎ) 味噌汁(人参 もやし 玉ねぎ おつゆ麺)
30	木	軟飯 魚のケチャップあんかけ 煮物(人参 大根 玉ねぎ 鶏挽肉) 味噌汁(人参 玉ねぎ 紹豆腐 わかめ)
31	金	軟飯 豆腐ステーキ サラダ(南瓜 人参 ブロッコリー マヨドレ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麺)

※後期食のサラダ等に使用するマヨドレは、卵不使用マヨネーズ仕様の調味料です。魚はカラスカレイを使用します。材料の都合により献立内容を変更することがあります。

