



# 10月離乳食献立表 後期



社会福祉法人 みつき福祉会  
みつき出雲郷保育園

|           | 献立名                     | 材料名                                     |  |
|-----------|-------------------------|-----------------------------------------|--|
| 1<br>(水)  | ごはん<br>味噌つくね<br>すまし汁    | 米<br>鶏挽肉・玉葱・人参・味噌<br>玉葱・人参・さつまいも・薄口醤油   |  |
| 2<br>(木)  | ごはん<br>肉豆腐<br>味噌汁       | 米<br>豚肉・豆腐・醤油・砂糖<br>小松菜・きゅうり・人参・味噌      |  |
| 3<br>(金)  | ごはん<br>鶏の煮物<br>味噌汁      | 米<br>鶏肉・醤油・砂糖<br>さつまいも・キャベツ・玉葱・味噌       |  |
| 4<br>(土)  | ごはん<br>ささみの煮物<br>味噌汁    | 米<br>鶏ささみ・醤油・片栗粉<br>大根・人参・キャベツ・味噌       |  |
| 6<br>(月)  | ごはん<br>豆腐の煮物<br>スープ     | 米<br>豆腐・醤油<br>キャベツ・玉葱・人参・薄口醤油           |  |
| 7<br>(火)  | ごはん<br>鶏の照り焼き<br>味噌汁    | 米<br>鶏肉・醤油<br>人参・さつまいも・玉葱・味噌            |  |
| 8<br>(水)  | ごはん<br>煮魚<br>味噌汁        | 米<br>さば・醤油<br>ほうれん草・かぼちゃ・人参・味噌          |  |
| 9<br>(木)  | ごはん<br>鶏のケチャップ煮<br>スープ  | 米<br>鶏肉・ケチャップ<br>さつまいも・きゅうり・大根・薄口醤油     |  |
| 10<br>(金) | ごはん<br>あんかけハンバーグ<br>味噌汁 | 米<br>豚挽肉・玉葱・醤油・砂糖・片栗粉<br>人参・玉葱・かぼちゃ・味噌  |  |
| 11<br>(土) | うどん<br>ささみの煮物<br>スープ    | ゆでうどん<br>鶏ささみ・醤油・片栗粉<br>キャベツ・大根・人参・薄口醤油 |  |
| 13<br>(月) | スポーツの日（祝日休園）            |                                         |  |
| 14<br>(火) | ごはん<br>コロッケ<br>味噌汁      | 米<br>さつまいも・パン粉<br>豆腐・大根・キャベツ・味噌         |  |
| 15<br>(水) | ごはん<br>魚の照り焼き<br>味噌汁    | 米<br>かれい・醤油<br>玉葱・人参・じゃがいも・味噌           |  |
| 16<br>(木) | 肉うどん<br>スープ             | ゆでうどん・豚肉・醤油<br>キャベツ・玉葱・人参・薄口醤油          |  |
| 17<br>(金) | ごはん<br>鶏のケチャップ煮<br>スープ  | 米<br>鶏肉・ケチャップ<br>大根・きゅうり・かぼちゃ・薄口醤油      |  |

|           | 献立名                                                                                                                                                                                                                                    | 材料名                                     |                                                                                     |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 18<br>(土) | ごはん<br>ささみの煮物<br>味噌汁                                                                                                                                                                                                                   | 米<br>鶏ささみ・醤油・片栗粉<br>キャベツ・人参・玉葱・味噌       |                                                                                     |
| 20<br>(月) | ごはん<br>鶏つくね<br>味噌汁                                                                                                                                                                                                                     | 米<br>鶏挽肉・玉葱・醤油・砂糖<br>キャベツ・玉葱・さつまいも・味噌   |                                                                                     |
| 21<br>(火) | ごはん<br>豚肉の煮物<br>味噌汁                                                                                                                                                                                                                    | 米<br>豚肉・醤油<br>小松菜・玉葱・人参・味噌              |  |
| 22<br>(水) | ごはん<br>煮魚<br>味噌汁                                                                                                                                                                                                                       | 米<br>さば・砂糖・醤油<br>人参・キャベツ・かぼちゃ・味噌        |                                                                                     |
| 23<br>(木) | ごはん<br>卵焼き<br>スープ                                                                                                                                                                                                                      | 米<br>卵・醤油・片栗粉<br>人参・玉葱・さつまいも・薄口醤油       |                                                                                     |
| 24<br>(金) | ごはん<br>レバーの煮物<br>味噌汁                                                                                                                                                                                                                   | 米<br>鶏レバー・醤油<br>キャベツ・人参・大根・味噌           |                                                                                     |
| 25<br>(土) | うどん<br>ささみの煮物<br>スープ                                                                                                                                                                                                                   | ゆでうどん<br>鶏ささみ・醤油・片栗粉<br>人参・玉葱・きゅうり・薄口醤油 |                                                                                     |
| 27<br>(月) | ごはん<br>ローストチキン<br>スープ                                                                                                                                                                                                                  | 米<br>鶏肉・醤油・砂糖<br>ほうれん草・人参・キャベツ・薄口醤油     |                                                                                     |
| 28<br>(火) | うどん<br>豚肉の煮物<br>スープ                                                                                                                                                                                                                    | ゆでうどん<br>豚肉・醤油<br>玉葱・きゅうり・じゃがいも・薄口醤油    |                                                                                     |
| 29<br>(水) | ごはん<br>魚の味噌焼き<br>すまし汁                                                                                                                                                                                                                  | 米<br>さけ・味噌<br>小松菜・玉葱・さつまいも・薄口醤油         |                                                                                     |
| 30<br>(木) | ごはん<br>豆腐の煮物<br>味噌汁                                                                                                                                                                                                                    | 米<br>豆腐・醤油<br>キャベツ・人参・さつまいも・味噌          |                                                                                     |
| 31<br>(金) | <div><h2>お弁当の日</h2><p>必ず火を通したものをに入れていただきますようお願い致します。</p></div> |                                         |                                                                                     |

※天候等の理由により、一部献立がかわる場合もありますので、あらかじめご了承ください。