



# 10月離乳食献立表 中期



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 (水)	おかゆ ささみの味噌煮 すまし汁	米 鶏ささみ・味噌・片栗粉 玉葱・人参・さつまいも・薄口醤油	
2 (木)	おかゆ 豆腐の煮物 味噌汁	米 豆腐・醤油 小松菜・きゅうり・人参・味噌	
3 (金)	おかゆ ささみの煮物 味噌汁	米 鶏ささみ・醤油・片栗粉 さつまいも・キャベツ・玉葱・味噌	
4 (土)	おかゆ ささみの煮物 味噌汁	米 鶏ささみ・醤油・片栗粉 大根・人参・キャベツ・味噌	
6 (月)	おかゆ 豆腐の煮物 スープ	米 豆腐・醤油 キャベツ・玉葱・人参・薄口醤油	
7 (火)	おかゆ ささみの煮物 味噌汁	米 鶏ささみ・醤油・片栗粉 人参・さつまいも・玉葱・味噌	
8 (水)	おかゆ 煮魚 味噌汁	米 かれい・醤油 ほうれん草・かぼちゃ・人参・味噌	
9 (木)	おかゆ 豆腐の煮物 スープ	米 豆腐・醤油 さつまいも・きゅうり・大根・薄口醤油	
10 (金)	おかゆ ささみの煮物 味噌汁	米 鶏ささみ・醤油・片栗粉 人参・玉葱・かぼちゃ・味噌	
11 (土)	うどん ささみの煮物 スープ	ゆでうどん 鶏ささみ・醤油・片栗粉 キャベツ・大根・人参・薄口醤油	
13 (月)	スポーツの日（祝日休園）		
14 (火)	おかゆ コロッケ 味噌汁	米 さつまいも・パン粉 豆腐・大根・キャベツ・味噌	
15 (水)	おかゆ 煮魚 味噌汁	米 かれい・醤油 玉葱・人参・じゃがいも・味噌	
16 (木)	うどん ささみの煮物 スープ	ゆでうどん 鶏ささみ・醤油・片栗粉 キャベツ・玉葱・人参・薄口醤油	
17 (金)	おかゆ 豆腐の煮物 スープ	米 豆腐・醤油 大根・きゅうり・かぼちゃ・薄口醤油	

	献立名	材料名	
18 (土)	おかゆ ささみの煮物 味噌汁	米 鶏ささみ・醤油・片栗粉 キャベツ・人参・玉葱・味噌	
20 (月)	おかゆ 豆腐の煮物 味噌汁	米 豆腐・醤油 キャベツ・玉葱・さつまいも・味噌	
21 (火)	おかゆ ささみの煮物 味噌汁	米 鶏ささみ・醤油・片栗粉 小松菜・玉葱・人参・味噌	
22 (水)	おかゆ 煮魚 味噌汁	米 かれい・醤油 人参・キャベツ・かぼちゃ・味噌	
23 (木)	おかゆ ささみの煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・片栗粉 人参・玉葱・さつまいも・薄口醤油	
24 (金)	おかゆ レバーの煮物 味噌汁	米 鶏レバー・醤油 キャベツ・人参・大根・味噌	
25 (土)	うどん ささみの煮物 スープ	ゆでうどん 鶏ささみ・醤油・片栗粉 人参・玉葱・きゅうり・薄口醤油	
27 (月)	おかゆ 豆腐の煮物 スープ	米 豆腐・醤油 ほうれん草・人参・キャベツ・薄口醤油	
28 (火)	うどん ささみの煮物 スープ	ゆでうどん 鶏ささみ・醤油・片栗粉 玉葱・きゅうり・じゃがいも・薄口醤油	
29 (水)	おかゆ 魚の味噌煮 すまし汁	米 さけ・味噌 小松菜・玉葱・さつまいも・薄口醤油	
30 (木)	おかゆ 豆腐の煮物 味噌汁	米 豆腐・醤油 キャベツ・人参・さつまいも・味噌	
31 (金)	<div><div></div><div><div>お弁当の日</div><div></div></div><div>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。</div></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。