

# 10月離乳食献立表



## みのい乳児保育園

中期		後期		
献立名	材料名	献立名	材料名	
1 水	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・さつま芋・醤油・砂糖 玉葱・わかめ・胡瓜・醤油	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・さつま芋・醤油・砂糖 玉葱・わかめ・胡瓜・醤油
2 木	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 かれい・醤油・砂糖 里芋・醤油・砂糖 人参・玉葱・わかめ・醤油	米粥 かれいの梅しそ焼き 里芋のそぼろ煮 人参の味噌汁	米 かれい・醤油・みりん・大葉・梅干し 里芋・鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
3 金	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・チンゲン菜・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・豆腐・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 なめこ汁	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・チンゲン菜・醤油・砂糖 なめこ・玉葱・キャベツ・わかめ・豆腐・葱・味噌
4 土	米粥 じやこ煮 野菜の煮物 スープ	米 じらす・醤油・砂糖 人参・ほうれん草・醤油・砂糖 さつま芋・玉葱・キャベツ・醤油	米粥 じやこ煮 野菜の煮物 さつま芋の味噌汁	米 じらす・醤油・砂糖 人参・ほうれん草・醤油・砂糖 さつま芋・人参・玉葱・キャベツ・葱・味噌
6 月	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 玉葱・わかめ・人参・醤油	米 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 玉葱・わかめ・人参・醤油
7 火	米粥 じやこ煮 野菜の煮物 スープ	米 豚肉と里芋の甘辛炒め 野菜の煮物 もやしの味噌汁	米 豚ばら肉・里芋・玉葱・醤油・みりん・砂糖・酒・ごま油・ごま 人参・里芋・醤油・砂糖 もやし・人参・玉葱・わかめ・葱・味噌	米 豚肉と里芋の甘辛炒め 野菜の煮物 もやしの味噌汁
8 水	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 さつま芋・キャベツ・醤油・砂糖 人参・玉葱・チンゲン菜・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ
9 木	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米粥 鮭のちゃんちゃん焼き じやが芋のおかか煮 すまし汁	米 鮭・キャベツ・人参・しめじ・豆乳バター・味噌・みりん・砂糖 じやが芋・醤油・酒・砂糖・かつお節 玉葱・えのき・わかめ・豆腐・葱・薄口醤油	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ
10 金	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米粥 鶏の照り焼き 野菜の煮物 豆腐の味噌汁	米 鶏もも肉・醤油・みりん 人参・醤油・砂糖 豆腐・玉葱・しめじ・わかめ・葱・味噌	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 豆腐の味噌汁
11 土	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 にらの味噌汁	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 人参・玉葱・豆腐・醤油	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 にらの味噌汁
13 月	<b>スポーツの日</b>			
14 火	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 南瓜の味噌汁	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 野菜の煮物 人参・さつま芋・醤油・砂糖 南瓜・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 南瓜の味噌汁
15 水	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ	米粥 きのこソースハンバーグ 野菜の煮物 野菜スープ	米 合挽肉・玉葱・えのき・しめじ・生姜・パン粉・塩・醤油・みりん・砂糖・片栗粉 人参・小松菜・醤油・砂糖 人参・玉葱・キャベツ・えのき・薄口醤油・中華だし	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ

☆献立内容や材料の変更がある場合がありますので、あらかじめご了承ください。

☆マヨネーズは卵不使用のものを使用しています。

☆今月は旬の食材として鮭・さつま芋・里芋・チンゲン菜・きのこなどを取り入れています。

☆調味料の中の「酒」は料理酒（アルコール度12%）を使用しています。

中期		後期			
献立名	材料名	献立名	材料名		
16 木	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 かれい・醤油・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 里芋・人参・胡瓜・醤油	米粥 かれいの味噌漬け焼き 野菜の煮物 スープ	米 かれい・酒・みりん・味噌 人参・キャベツ・醤油・砂糖 里芋・人参・胡瓜・醤油	
17 金	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 汁麩・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 さつま芋・醤油・砂糖 汁麩・玉葱・わかめ・醤油	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 さつま芋・醤油・砂糖 汁麩・玉葱・わかめ・葱・味噌
18 土	<b>なかよし運動会</b>				
20 月	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 じやが芋・醤油・砂糖 キャベツ・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏の梅マヨ焼き 野菜の煮物 スープ	米 鶏もも肉・梅干し・マヨネーズ・醤油・砂糖・みりん・かつお節 ひじき・じやが芋・油・醤油・みりん・砂糖 キャベツ・玉葱・わかめ・醤油	
21 火	米粥 金時豆の煮物 野菜の煮物 スープ	米 金時豆・醤油・砂糖 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 人参・玉葱・キャベツ・醤油	米粥 金時豆煮 野菜の煮物 スープ	米 金時豆・醤油・砂糖 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 人参・玉葱・キャベツ・醤油	
22 水	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 里芋・キャベツ・醤油・砂糖 じやが芋・人参・玉葱・醤油	米粥 鶏レバーのケチャップ煮 野菜の煮物 スープ	米 鶏レバー・油・ケチャップ・砂糖・ウスター 里芋・キャベツ・醤油・砂糖 じやが芋・人参・玉葱・醤油	
23 木	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 かれい・醤油・砂糖 人参・小松菜・醤油・砂糖 里芋・玉葱・わかめ・醤油	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 かれい・醤油・砂糖 人参・小松菜・醤油・砂糖 里芋・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	
24 金	<b>お弁当の日</b>				
25 土	米粥 じやこ煮 野菜の煮物 スープ	米 じらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・ほうれん草・醤油	米粥 じやこ煮 野菜の煮物 スープ	米 じらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 人参・玉葱・キャベツ・ほうれん草・えのき・コンソメ	
27 月	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 野菜の煮物 人参・小松菜・醤油・砂糖 じやが芋・玉葱・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・小松菜・醤油・砂糖 じやが芋の味噌汁	
28 火	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 さつま芋・人参・玉葱・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 さつま芋・人参・玉葱・醤油	
29 水	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・南瓜・醤油・砂糖 人参・玉葱・じやが芋・醤油	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・南瓜・醤油・砂糖 人参・玉葱・じやが芋・醤油	
30 木	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 かれい・醤油・砂糖 人参・里芋・醤油・砂糖 大根・人参・胡瓜・醤油	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 かれい・醤油・砂糖 人参・里芋・醤油・砂糖 大根・人参・胡瓜・醤油	
31 金	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 玉葱・豆腐・胡瓜・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 じめじ・エリンギ・えのき・玉葱・豆腐・葱・味噌	