



離乳食・完了食予定献立表

10月



日	曜日	朝のおやつ	中 期	完 了 期	完了期おやつ
1	木	お茶 牛乳 チーズ 赤ちゃん用お菓子	おかゆ 果物 大根のおつゆ 白和え	ゆかりご飯 お吸い物 豚肉の生姜焼き トマト 白和え 果物	ヨーグルト お茶 赤ちゃん用お菓子
15	金	お茶 牛乳 果物	おかゆ 果物 南瓜のあま煮 マカロニと人参のやわらか煮	パン かぼちゃシチュー 鶏肉のパン粉焼き コーンソテー マカロニサラダ ミニゼリー	牛乳 お野菜クッキー
2	土	お茶 赤ちゃん用お菓子	おじや 果物	チャーハン 中華風スープ 果物	お茶 赤ちゃん用お菓子 ミニゼリー
16	月	お茶 牛乳 赤ちゃん用お菓子	おかゆ 果物 豆腐のおつゆ 小松菜のとりみ煮	ふりかけご飯 お吸い物 豚肉の南部焼き 青菜のサッと煮 切干大根煮 果物	牛乳 おからボール
3	火	お茶 果物	おかゆ 果物 なすのお味噌汁 ささみと人参のあんかけ	わかめご飯 お味噌汁 鮭の西京焼き のり塩こふき芋 もやしナムル 果物	りんごジュース 赤ちゃん用お菓子
17	水	お茶 のむヨーグルト 赤ちゃん用お菓子	米粉パンがゆ 果物 野菜スープ マカロニのトマト煮	パン たまごスープ 鶏肉のバーベキュー焼き プチトマト マカロニグラタン ミニゼリー	牛乳 赤ちゃん用お菓子
19	木	お茶 牛乳 チーズ 赤ちゃん用お菓子	おかゆ 果物 大根のおつゆ 豆腐と玉ねぎのうま煮	ミネラルふりかけご飯 お吸い物 げんこつ焼き 卵焼き 納豆和え 果物	ヨーグルト 赤ちゃん用お菓子 お茶
23	金	お茶 牛乳 果物	お弁当の日 手作りのお弁当をおねがいします		牛乳 赤ちゃん用お菓子
9	土	お茶 赤ちゃん用お菓子	おじや 果物	米粉パスタ さっぱりサラダ 果物	お茶 赤ちゃん用お菓子 ミニゼリー
10	火	お茶 牛乳 赤ちゃん用お菓子	おかゆ 果物 肉じゃが風煮物 人参とツナののりみ煮	カレーライス ゆで卵 フレンチサラダ 果物	牛乳 赤ちゃん用お菓子
24	水	のむヨーグルト 赤ちゃん用お菓子	おかゆ 果物 茄子のお味噌汁 南瓜の甘煮	ごま塩ご飯 お味噌汁 野菜のそぼろ炒め スクラブルエッグ のり和え ミニゼリー	オレンジゼリー 赤ちゃん用お菓子 お茶
27	木	お茶 牛乳 赤ちゃん用お菓子	米粉パンがゆ 果物 トマトスープ ポテトサラダ	たまごサンド ミネストローネ 鶏肉のから揚げ コーンソテー ポテトサラダ ミニゼリー	グレープジュース パウンドケーキ
14	月	お茶 牛乳 赤ちゃん用お菓子	おかゆ 果物 煮魚あんかけ 春雨とキャベツの柔らか煮	ごま塩ご飯 お味噌汁 さわらのあんかけ こふき芋 シルバーサラダ 果物	牛乳 バナナマフィン
28	木	お茶 牛乳 チーズ 赤ちゃん用お菓子	おかゆ 果物 豆腐のあんかけ ブロッコリーのうま煮	青菜ご飯 お吸い物 豆腐のハンバーグ ゆでブロッコリー ひじき煮 果物	ヨーグルト 赤ちゃん用お菓子 お茶
29	金	お茶 牛乳 果物	米粉パンがゆ 果物 野菜スープ カボチャとツナの煮物	レーズンロール コンソメスープ 手作りミートボール 焼きポテト パンプキンサラダ ミニゼリー	牛乳 かぼちゃプリン
30	ハロウィンメニュー	お茶 牛乳 果物	米粉パンがゆ 果物 野菜スープ カボチャとツナの煮物	レーズンロール コンソメスープ 手作りミートボール 焼きポテト パンプキンサラダ ミニゼリー	牛乳 かぼちゃプリン

月齢に合わせてお茶か牛乳のどちらかを提供します



令和8年度 認定こども園おとり

完了期で使用する食品

初期で使用する食品プラス

油揚げ 麴 わかめ ねぎ 昆布 鰹節 いりこ 味噌 豚肉 牛肉 鶏肉 さわら サーモン ほうれん草
白味噌 ごま 小麦粉 卵 牛乳 ホットケーキミックス マーガリン 油 マヨネーズ 塩 醤油 砂糖
パン粉 ミニゼリー しいたけ もやし ミックスベジタブル 切干大根 ひじき みりん のり すし酢
ごま油 ケチャップ ソース 青のり ふりかけ ヨーグルト のむヨーグルト おから レーズン ココア
チーズ オレンジジュース ゼラチン グレープジュース 生クリーム ポテト コンソメ 米粉パスタ
イタリアンドレッシング

中期で使用する食品

米 米粉パン 豆腐 マカロニ
りんご パナナ オレンジ
ツナ 白身魚 人参 じゃが芋
玉ねぎ キャベツ なす 南瓜
トマト ブロッコリー 春雨