

令和6年10月 離乳食予定献立表

きりん保育園

月	火	水	木	金	土
	1 さつま芋粥 煮魚 大根煮物 きゃべつの味噌汁 野菜雑炊 梨 米 さつま芋 鮭 鶏もも肉 人参 大根 キャベツ ねぎ かつお節 梨	2 お粥 豚肉と野菜の煮込み 南瓜煮物 かつおだし汁 野菜雑炊 コーン煮物 米 豚肉 玉葱 人参 南瓜 胡瓜 ホールコーン缶 かつお節	3 お粥 煮魚 野菜煮物 小松菜の味噌汁 野菜雑炊 オレンジ 米 白身魚 キャベツ 人参 もやし ビーマン しめじ 小松菜 かつお節 オレンジ じゃが芋	4 お粥 豆腐とミンチの煮込み いんげん煮物 さつま芋の味噌汁 野菜雑炊 りんご 米 絹ごし豆腐 鶏ひき肉 玉葱 いんげん 人参 さつま芋 ねぎ かつお節 りんご	5 
	7 お粥 豚肉の柔らかか煮 野菜煮物 かつおだし汁 野菜雑炊 みかん 米 豚肉 玉葱 人参 大根 ホールコーン缶 黄ピーマン かつお節 青切みかん	8 お粥 煮魚 白菜の煮込み 大根の味噌汁 野菜雑炊 ブルー 米 鮭 生しいたけ 人参 玉葱 白菜 ピーマン 豚肉 大根 しめじ かつお節 ブルー	9 お粥 チキンの柔らかか煮 野菜煮物 豆腐の味噌汁 野菜雑炊 りんごヨーグルト 米 鶏もも肉 キャベツ 人参 玉葱 しめじ パクチョイ 沖縄豆腐 わかめ かつお節 プレーンヨーグルト りんご	10 お粥 煮魚 野菜煮物 かつおだし汁 芋雑炊 梨 米 白身魚 からし菜 人参 キャベツ 豚肉 かつお節 梨 さつま芋	11 お粥 チキンの柔らかか煮 ブロッコリー煮物 小松菜の味噌汁 野菜雑炊 オレンジ 米 鶏もも肉 人参 玉葱 ブロッコリー 小松菜 かつお節 オレンジ
14 	15 お粥 ミンチと野菜の煮込み コーン煮物 わかめのすまし汁 鶏雑炊 パナナ 米 合挽き肉 玉葱 じゃが芋 ピーマン 赤ピーマン 胡瓜 ホールコーン缶 人参 わかめ 鶏むね肉 乾しいたけ かつお節 パナナ	16 お粥 豆腐煮物 野菜煮込み 沖縄そば煮込み汁 ポロポロジュシー りんご 米 玉葱 人参 かつお節 ねぎ 沖縄豆腐 からし菜 沖縄そばの麺 りんご 豚肉 乾しいたけ	17 お弁当 赤ちゃん菓子 パナナ 	18 お粥 煮魚 ブロッコリー煮物 鶏レバー汁 芋雑炊 パナナ 米 白身魚 豚肉 玉葱 人参 ブロッコリー 鶏レバー 鶏むね肉 じゃが芋 かつお節 パナナ さつま芋	19 お粥 マーボー豆腐風 南瓜の味噌汁 野菜雑炊 ブルー 米 豚挽き肉 玉葱 乾しいたけ グリーンピース 沖縄豆腐 南瓜 わかめ かつお節 ブルー
21 お粥 豚肉の柔らかか煮 野菜煮物 ほうれん草の味噌汁 芋雑炊 ブルー 米 豚肉 玉葱 ビーマン 人参 ほうれん草 かつお節 ブルー さつま芋	22 お粥 煮魚 ささみと野菜の煮込み 絹ごしとワカメのみそ汁 野菜雑炊 パナナ 米 鮭 玉葱 人参 からし菜 さつま芋 ささみ 赤ピーマン 黄ピーマン 絹ごし豆腐 わかめ ねぎ かつお節 パナナ じゃが芋 胡瓜	23 お粥 チキンと野菜の煮込み ブロッコリー煮物 わかめのすまし汁 野菜雑炊 みかん 米 鶏もも肉 玉葱 人参 じゃが芋 さつま芋 しめじ 白菜 ブロッコリー わかめ かつお節 青切みかん	24 お粥 豆腐煮物 ミンチと野菜の煮物 豚汁 野菜雑炊 梨 米 沖縄豆腐 人参 乾しいたけ 鶏ミンチ 豚肉 大根 玉葱 ごぼう かつお節 梨	25 お粥 納豆煮 赤魚煮付け 野菜煮物 椎茸とわかめのすまし汁 野菜雑炊 ブルー 米 納豆 赤魚 キャベツ 豚肉 人参 玉葱 わかめ 生しいたけ ねぎ かつお節 ブルー	26 お粥 豚肉の柔らかか煮 豆腐と野菜の煮物 きのこの味噌汁 野菜雑炊 マッシュ南瓜 米 豚肉 沖縄豆腐 玉葱 にんじん キャベツ 舞茸 わかめ かつお節 南瓜
28 お粥 豆腐とミンチの煮込み 大根煮物 ほうれん草の味噌汁 コーン雑炊 パナナヨーグルト 米 きざみのり 沖縄豆腐 豚挽き肉 いんげん 乾しいたけ 人参 大根 胡瓜 ほうれん草 ホールコーン缶 かつお節 パナナ プレーンヨーグルト	29 さつま芋粥 煮魚 ブロッコリー煮物 ゆしどうふ味噌汁 鶏雑炊 りんご 米 さつま芋 白身魚 人参 豚肉 乾しいたけ ブロッコリー ゆし豆腐 ねぎ かつお節 りんご ささみ キャベツ	30 お粥 豚肉の柔らかか煮 白菜煮物 沖縄そば煮込み汁 ポロポロジュシー 柿 米 豚肉 玉葱 人参 かつお節 ねぎ 白菜 胡瓜 柿 乾しいたけ ひじき 沖縄そばの麺	31 お粥 チキンの柔らかか煮 豆腐と野菜の煮物 ソーメン汁 南瓜雑炊 みかん 米 鶏もも肉 沖縄豆腐 豚肉 キャベツ にんじん もやし そうめん ねぎ かつお節 青切みかん 南瓜	秋の味覚 沖縄も涼しくなり秋の食材がおいしくなりました 旬の物は栄養価も高く、甘みもあって離乳食に おすすめです！さつま芋粥や大根みぞれ煮など いいですね！お子さんと一緒に秋の味覚を たのしみましょう！ 	

※材料、その他の都合により献立を変更することがあります。