

2023年



10月

離乳食献立表



小浜保育園

	1(日)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)
午前							
昼食	休日	かしわうどん、バナナ付合せ	おかゆ、納豆、野菜の煮込み、ほうれん草汁	おかゆ、肉じゃが煮込み、麦茶	おかゆ、野菜煮込み、トマト、なす汁	おかゆ、野菜とひき肉のあんかけ、スパゲッティ、白菜汁	おかゆ、鶏肉と野菜の煮込み、麦茶
午後		おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶
	8(日)	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)
午前							
昼食	休日	休日 (スポーツの日)	おかゆ、焼き鮭、切干大根のあんかけ、わかめ汁	おかゆ、かぼちゃのマッシュ、キャベツとコーンのトロトロ煮、麦茶	おかゆ、麻婆豆腐、さつまいもの甘煮、鶏肉とほうれん草のスープ	おかゆ、牛肉の肉じゃが風、トマト、キャベツ汁	おかゆ、野菜の和風煮、麦茶
午後			おやつ、お茶	おやつ、お茶	蒸しケーキ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶
	15(日)	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)
午前							
昼食	休日	野菜の煮込みパスタ、バナナ鶏肉と青梗菜のスープ	おかゆ、豚肉と白菜のあんかけ煮、枝豆のマッシュ、大根汁	おかゆ、野菜とマカロニの和風煮込み、バナナ付合せ、麦茶	おかゆ、きんぴらごぼう、野菜の煮込み、白菜汁	おかゆ、野菜の煮込み、納豆、すまし汁	おかゆ、牛肉の肉じゃが風、トマト、麦茶
午後		おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶
	22(日)	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)
午前							
昼食	休日	三色丼(鶏そぼろ・人参・ほうれん草)柿付合せ豆腐汁	おかゆ、マカロニの洋風煮込み、ミニトマト、野菜スープ	おかゆ、マカロニの和風煮込み、麦茶	おかゆ、鶏肉とキャベツの煮込み、ひじき炒め、かぶのみそ汁	おかゆ、豚肉と野菜の煮込み、麦茶	おかゆ、肉じゃが風煮込み、お茶
午後		おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶
	29(日)	30(月)	31(火)				
午前							
昼食	休日	野菜のあんかけ焼きそば、みかんの缶詰わかめスープ	白身魚の煮つけ、なすの肉炒め、豆腐汁	 ※鮭はスーパーフードと言われるほど栄養豊富。ビタミンをたくさん含んでいて、免疫力の向上が期待できます。仕上げにレモンを使ったムニエルは、さらに栄養満点でおすすめです。			
昼食		おやつ、お茶	かぼちゃの蒸しケーキお茶				