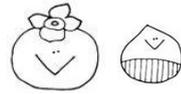


# 10月 離乳食献立表



新生東志賀保育園

日にち	献立名	材料名			午後のおやつ
		熱ゆかりとなる食品	血や肉となる食品	からだの調子を整える食品	
1・21	かれのいコーンフレーク焼き キャベツのごまあえ かぼちゃとなめこのみそ汁 おかゆ	米 小麦粉 さつまいも	かれい 牛乳 合わせみそ	キャベツ 人参 きゅうり 南瓜 玉ねぎ	さつまいもパンケーキ
2・16	ツナじゃが ほうれん草のスープ 豆乳パン	米 じゃがいも 豆乳パン マカロニ	ツナ水煮缶 赤みそ	玉ねぎ きゅうり 人参 ほうれん草 コーン缶	みそがゆ
3・20	鶏だんご汁 じゃがいもの煮物 おかゆ	米 じゃがいも マカロニ	鶏ささみひき肉	大根 白菜 ねぎ 玉ねぎ ピーマン ケチャップ	マカロニのケチャップ煮
4・18	ツナと野菜の雑炊 ほうれん草のすまし汁	米 じゃがいも	ツナ水煮缶	玉ねぎ 人参 キャベツ ほうれん草 もやし	4：米せんべい 18：じゃがいもの煮物
6・31	鮭の青菜あんかけ 豆乳スープ おかゆ	米 さつまいも 小麦粉 じゃがいも	鮭 豆乳 牛乳	ほうれん草 もやし コーン缶 玉ねぎ かぼちゃ 人参	6：かぼちゃパンケーキ 31：さつまいもがゆ
7	鶏だんごとさつまいもの煮物 豆腐とお麩のみそ汁 おかゆ	米 小玉麩 小麦粉 小麦粉 さつまいも	鶏ささみひき肉 豆腐 牛乳 合わせみそ	玉ねぎ レタス 人参 もやし きゅうり あさつき	ミルクパンケーキ
8・30	鶏そぼろのトマトあんかけ丼 キャベツのスープ	米 じゃがいも 小麦粉	鶏ささみひき肉 牛乳	玉ねぎ 人参 トマト缶 かぼちゃ キャベツ きゅうり コーン缶 オレンジ	8：オレンジ・米せんべい 30：かぼちゃパンケーキ
9・22	ツナの小松菜の煮込みパスタ キャベツのスープ バナナ	米 パスタ	ツナ水煮缶 花かつお	玉ねぎ キャベツ 人参 バナナ 小松菜	おかがゆ
10・23	鶏だんごとブロッコリーの煮物 玉ねぎとあさつきのみそ汁 おかゆ	米 食パン	鶏ささみひき肉 西京みそ	玉ねぎ ブロッコリー 人参 コーン缶 あさつき	食パン
11・25	豆腐あんかけ丼 ほうれん草のみそ汁	米	豆腐 赤みそ きな粉	人参 ねぎ ほうれん草 もやし	11：米せんべい 25：きな粉がゆ
14・28	鶏そぼろ丼 わかめスープ	米 食パン	鶏ささみひき肉	人参 玉ねぎ ピーマン わかめ コーン缶	食パン
15・29	鶏だんごのケチャップ煮 チンゲン菜のスープ おかゆ	米	鶏ささみひき肉	玉ねぎ ケチャップ 小松菜 人参 もやし チンゲン菜	青のりがゆ
17・27	豆腐のそぼろあんかけ ブロッコリーのスープ おかゆ	米 じゃがいも 小麦粉	鶏ささみひき肉 豆腐 牛乳	人参 ねぎ 玉ねぎ ブロッコリー	ミルクパンケーキ
24	和風マーボー丼 レタスのスープ	米	鶏ささみひき肉 豆腐 赤みそ	玉ねぎ 人参 ねぎ レタス きゅうり バナナ	バナナ 米せんべい

※中期から、かつおの削り節でとただしを使用しています。

※献立は変更になる場合があります。

※必要に応じ片栗粉を使用します。