

令和 2年10月 離乳食献立表

		中期	後期
1 (木)	昼食	・7倍粥・かぼちゃのそぼろ煮・にんじん煮・りんご	・全粥・芋炊き・いんげんの和え物・りんご
	午後		・かぼちゃの甘煮
2 (金)	昼食	・7倍粥・とうもろこしスープ・煮魚・ブロッコリー煮	・全粥・とうもろこしスープ・煮魚・ブロッコリーサラダ
	午後		・じゃがいものおやき
3 (土)	昼食	・魚雑炊・白菜の煮浸し・かぼちゃサラダ	・ひじき雑炊・白菜の煮浸し・かぼちゃサラダ
	午後		・ハイハイ
5 (月)	昼食	・7倍粥・キャベツのスープ・魚のあんかけ・にんじん煮	・全粥・キャベツのスープ・魚のきのこあんかけ・にんじんスティック
	午後		・バナナ
6 (火)	昼食	・7倍粥・すまし汁・豆腐のそぼろあんかけ・きゅうり煮	・全粥・里芋のみそ汁・豆腐とひじきの煮物・もやしの和え物
	午後		・バナナ
7 (水)	昼食	・野菜雑炊・鶏肉と大根の煮物・キャベツ煮	・わかめ雑炊・豚肉と大根の煮物・キャベツのサラダ
	午後		・パン粥(食パン)
8 (木)	昼食	・7倍粥・ほうれん草のスープ・豆腐のそぼろ煮・ころころ煮	・全粥・ほうれん草のスープ・豆腐ハンバーグ・ころころサラダ
	午後		・ハイハイ
9 (金)	昼食	・煮込みうどん・さつまいもの甘煮・みかん	・煮込みうどん・さつまいもの甘煮・みかん
	午後		・にんじんスティック
10 (土)	昼食	・鶏雑炊・かぼちゃの甘煮・ブロッコリー煮	・磯雑炊・かぼちゃの甘煮・ブロッコリーサラダ
	午後		・ハイハイ
12 (月)	昼食	・7倍粥・かぼちゃスープ・じゃがいものそぼろあんかけ・梨	・全粥・かぼちゃスープ・じゃがいものそぼろあんかけ・梨
	午後		・さつまいもの甘煮
13 (火)	昼食	・パン粥(食パン)・トマトスープ・鮭の煮物・キャベツ煮	・パン粥(食パン)・トマトスープ・鮭の洋風煮・キャベツサラダ
	午後		・ひじき雑炊
14 (水)	昼食	・野菜雑炊・そぼろ煮・きゅうりのやわらか煮	・煮込みスパゲティ・肉野菜炒め・きゅうりスティック
	午後		・りんご
15 (木)	昼食	・鶏雑炊・ころころ煮・バナナ	・鶏雑炊・大豆のサラダ・バナナ
	午後		・ハイハイ

		中期	後期
16 (金)	昼食	・7倍粥・すまし汁・大根のそぼろ煮・キャベツのお浸し	・全粥・みそ汁・大根のそぼろ煮・キャベツのお浸し
	午後		・かぼちゃの甘煮
17 (土)	昼食	・鶏雑炊・キャベツのスープ・にんじん煮	・ピーマンと納豆雑炊・キャベツのスープ・もやしの和え物
	午後		・ハイハイ
19 (月)	昼食	・7倍粥・とうもろこしスープ・かぼちゃのそぼろ煮・バナナ	・全粥・とうもろこしスープ・かぼちゃのそぼろ煮・バナナ
	午後		・おなか雑炊
20 (火)	昼食	・7倍粥・すまし汁・煮魚・にんじん煮	・全粥・すまし汁・煮魚・五目大豆
	午後		・にんじんスティック
21 (水)	昼食	・かぼちゃ粥・キャベツのすまし汁・じゃがいものそぼろあんかけ・きゅうりのサラダ	・かぼちゃ粥・キャベツのすまし汁・じゃがいものそぼろあんかけ・きゅうりのサラダ
	午後		・みかん
22 (木)	昼食	・7倍粥・ほうれん草のスープ・魚とキャベツの炒め煮・ブロッコリー煮	・全粥・ほうれん草のスープ・魚とキャベツの炒め煮・ブロッコリーサラダ
	午後		・じゃがいも煮
23 (金)	昼食	・7倍粥・すまし汁・肉野菜煮・りんご	・全粥・すまし汁・豚肉野菜炒め・りんご
	午後		・にんじんスティック
24 (土)	昼食	・とうもろこし雑炊・すまし汁・だいこん煮	・とうもろこし雑炊・なめこみそ汁・だいこんの磯和え
	午後		・ハイハイ
26 (月)	昼食	・7倍粥・すまし汁・煮魚・キャベツ煮	・全粥・みそ汁・煮魚・キャベツのおなか和え
	午後		・にんじんスティック
27 (火)	昼食	・7倍粥・とうもろこしスープ・肉野菜煮・梨	・全粥・とうもろこしスープ・肉野菜炒め・梨
	午後		・にんじんスティック
28 (水)	昼食	・鮭雑炊・白菜スープ・キャベツ煮	・鮭雑炊・はるさめスープ・キャベツの和え物
	午後		・パン粥(食パン)
29 (木)	昼食	・7倍粥・すまし汁・大根のそぼろ煮・きゅうり煮	・全粥・すまし汁・大根のそぼろ煮・きゅうりスティック
	午後		・ハイハイ
30 (金)	昼食	・パン粥(食パン)・かぼちゃスープ・きゅうりのサラダ・バナナ	・パン粥(食パン)・かぼちゃスープ・きゅうりのサラダ・バナナ
	午後		・みかん
31 (土)	昼食	・煮込みうどん・野菜あんかけ・にんじん煮	・煮込みうどん・野菜あんかけ・にんじんスティック
	午後		・ハイハイ