



10月 離乳食献立表



たまむら直心保育園  
https://t-jkishin.or.jp

曜日	木	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金
日	1	2	3	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15	16
おやつ 10時 15時	ヨーグルト 食パン 麦茶	ハイハイン 麦茶 みかん(缶詰)	せんべい 麦茶 ランチパック リンゴジュース	幼児ビスケット 麦茶 チーズ蒸しパン 麦茶	ハイハイン 麦茶 人参粥 麦茶	チーズ 麦茶 コーンご飯 麦茶	幼児ビスケット 麦茶 ヨーグルト 麦茶	バナナ 麦茶 マッシュポテト 麦茶	せんべい 麦茶 プリン リンゴジュース	ヨーグルト 人参粥 麦茶	ハイハイン 麦茶 ツナ蒸しパン 麦茶	幼児ビスケット 麦茶 蒸しさつまいも 麦茶	幼児ビスケット 麦茶 温うどん 麦茶	チーズ 麦茶 かぼちゃ蒸しパン 麦茶
主食	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯
副食	鶏ささみやわらか煮 にんじんスティック たまねぎスープ バナナ	たらの煮物 ゆでブロッコリー みそ汁	ハンバーグ料理 ブロッコリーサラダ 麦茶 グレープフルーツ	ツナコーン煮 春雨サラダ ゆでコーン みそ汁 りんご	たまご焼き ゆでコーン みそ汁 りんご	肉じゃが ゆでキャベツ みそ汁	お魚ボール にんじんスティック 豆腐スープ オレンジ	鮭のほくし煮 ゆでコーン すまし汁	ちゃんぽんラーメン 麦茶 バナナ	ツナエッグ ほうれん草のおかかあえ マッシュポテト みそ汁 オレンジ	そぼろ野菜あんかけ マッシュポテト みそ汁 バナナ	鶏肉のやわらか煮 きゅうりスティック キャベツスープ リンゴ	たらの煮物 ゆでコーン みそ汁 バナナ	鶏肉のやわらか煮 ブロッコリーサラダ たまねぎスープ ヨーグルト
お水	鶏ささみ しょうゆ だし汁 にんじん 砂糖 たまねぎ 中華だし バナナ	たら しょうゆ 砂糖 だし汁 ブロッコリー 塩 木綿豆腐 だし汁 味噌	豚ひき肉 たまねぎ ケチャップ 中濃ソース バター こしょう ブロッコリー ミニトマト コーン缶 和風ドレッシング	ツナ缶 コーン缶 しょうゆ だし汁 春雨 きゅうり にんじん しょうゆ 砂糖 にんじん 塩 しょうゆ だし汁 オレンジ くおやつ 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー チーズ	卵 塩 油 コーン缶 もやし だし汁 味噌 りんご	豚肉 じゃがいも にんじん たまねぎ だし汁 しょうゆ みりん 砂糖 キャベツ 塩 だいこん だし汁 味噌	木綿豆腐 しらす ひじき 片栗粉 しょうゆ 砂糖 だし汁 にんじん 砂糖 木綿豆腐 中華だし オレンジ	甘酒 コーン缶 麩 だし汁 しょうゆ 塩 木綿豆腐 中華だし オレンジ	中華種 豚肉 キャベツ たまねぎ にんじん ごま油 中華だし しょうゆ 塩 だいこん だし汁 味噌 バナナ くおやつ 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー ツナ缶	ツナ缶 卵 油 塩 ほうれん草 かつお節 しょうゆ 白菜 だし汁 味噌 オレンジ	豚ひき肉 にんじん たまねぎ だし汁 しょうゆ 砂糖 じゃがいも 塩 だいこん だし汁 味噌 バナナ くおやつ 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー ツナ缶	鶏もも肉 しょうゆ 砂糖 だし汁 しょうゆ 砂糖 きゅうり キャベツ 中華だし りんご バナナ	たら しょうゆ 砂糖 だし汁 コーン缶 わかめ だし汁 味噌 バナナ	鶏もも肉 しょうゆ 砂糖 だし汁 ブロッコリー コーン缶 塩 たまねぎ 中華だし くおやつ 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー かぼちゃ
おやつ 10時 15時	せんべい 麦茶 ヨーグルト リンゴジュース	ヨーグルト 食パン 麦茶	チーズ 麦茶 おかかごはん 麦茶	バナナ 麦茶 マッシュポテト 麦茶	幼児ビスケット 麦茶 ほうれん草蒸しパン 麦茶	ハイハイン 麦茶 幼児ビスケット 麦茶	せんべい 麦茶 ロールパン 麦茶	幼児ビスケット 麦茶 鮭ごはん 麦茶	ハイハイン 麦茶 蒸しさつまいも 麦茶	チーズ 麦茶 蒸しパン 麦茶	幼児ビスケット 麦茶 きな粉ヨーグルト 麦茶	ヨーグルト 蒸しパン 麦茶	せんべい 麦茶 パンフキンプリン リンゴジュース	
主食	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯
副食	マーボー豆腐 温野菜 麦茶 オレンジ	ツナコーン煮 にんじんスティック みそ汁	大豆の煮物 マッシュポテト すまし汁 りんご	ミートボール キャベツの熨あえ ポテトスープ	じゃがコーン煮 ほうれん草のおかかあえ みそ汁 バナナ	鮭のほくし煮 もやしの和え物 みそ汁 オレンジ	カレーうどん ブロッコリーサラダ 麦茶 グレープフルーツ	たまご焼き ゆでコーン すまし汁	鶏肉のやわらか煮 ゆでかぼちゃ みそ汁 バナナ	たらの煮物 ほうれん草のおかかあえ みそ汁 りんご	肉豆腐 ゆでキャベツ わかめスープ オレンジ	肉うどん(温) 麦茶 ヨーグルト	ビビンバ 温野菜 麦茶 バナナ	
お水	木綿豆腐 豚ひき肉 ねぎ しょうが ごま油 しょうゆ 味噌 砂糖 酒 片栗粉 レタス レッドキャベツ 赤黄ピーマン 和風ドレッシング	ツナ缶 コーン缶 にんじん 砂糖 たまねぎ だし汁 味噌	ゆで大豆 たまねぎ しょうゆ 砂糖 じゃがいも 塩 はくさい しょうゆ 塩 だし汁	豚ひき肉 たまねぎ 片栗粉 しょうゆ 砂糖 だし汁 キャベツ 青のり 塩 じゃがいも 中華だし	じゃがいも コーン缶 しょうゆ だし汁 ほうれん草 かつお節 しょうゆ たまねぎ だし汁 味噌 バナナ くおやつ 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー ほうれん草	甘酒 もやし にんじん しょうゆ 砂糖 こまつな だし汁 味噌 オレンジ	ゆでうどん 豚肉 たまねぎ にんじん 油揚げ ねぎ カレー粉 しょうゆ みりん 塩 ブロッコリー ミニトマト コーン缶 和風ドレッシング	卵 塩 油 コーン缶 ほうれん草 だし汁 味噌	鶏むね肉 しょうゆ だし汁 かぼちゃ にんじん だし汁 味噌 バナナ	たら しょうゆ 砂糖 だし汁 ほうれん草 かつお節 しょうゆ さつまいも だいこん だし汁 味噌 りんご くおやつ 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	豚肉 焼き豆腐 しょうゆ 砂糖 だし汁 キャベツ 塩 わかめ 中華だし オレンジ	ゆでうどん 豚こま肉 しょうゆ 砂糖 キャベツ めんつゆ 片栗粉 ヨーグルト	豚ひき肉 鶏ひき肉 ねぎ しょうが にんじん キャベツ めんつゆ しょうゆ 片栗粉 塩 砂糖 もやし にんじん ごま油 ほうれん草 レタス レッドキャベツ 赤黄ピーマン 和風ドレッシング	



※上記献立、食材名で食べられない食材がありましたら、この献立表にチェックしてご自宅でコピーの上、1枚担任にお渡しください。  
※都合により献立が変更になる場合があります。

くらす：ひよこ組 おなまえ：