



10月の離乳食献立表



ときのはこども園

* 「自然食お菓子」とは、国産の原材料を使用し、添加物不使用のお菓子のことです。
* 仕入れにより、一部内容を変更する場合があります。

日付	5～6か月		7～8か月		9～11か月	
	献立	材 料	献立	材 料	献立	材 料
10/1 (水)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	大根の煮物	大根、人参、だし	鶏肉と大根の煮物	ささみ、大根 人参、だし、片栗粉	豚ミンチ、大根の煮物	豚ミンチ、大根 人参、だし
10/2 (木)	白菜のスープ	白菜、玉葱、だし	白菜のスープ	白菜、玉葱、だし	白菜のスープ	白菜、玉葱、だし
					☆きな粉蒸しパン	小麦粉、砂糖、油、きな粉
10/3 (金)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	カレイとブロッコリーの煮物	カレイ、ブロッコリー 玉葱、だし	カレイとブロッコリーの煮物	カレイ、ブロッコリー 玉葱、だし、片栗粉	カレイとブロッコリーの煮物	カレイ、ブロッコリー 玉葱、だし
10/4 (土)	ほうれん草のスープ	ほうれん草、人参、だし	ほうれん草のスープ	ほうれん草、人参、だし	ほうれん草のスープ	じゃが芋、人参、だし
					☆青のりパン	食パン、青のり
10/5 (日)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	人参の煮物	人参、じゃが芋、だし	鶏肉と人参の煮物	ささみ、人参 じゃが芋、だし、片栗粉	鶏肉と人参の煮物	ささみ、人参 じゃが芋、だし
10/6 (月)	玉葱のスープ	玉葱、キャベツ、だし	玉葱のスープ	玉葱、キャベツ、だし	玉葱のスープ	玉葱、キャベツ、だし
					☆りんごのコンポート	りんご
お弁当日						
10/7 (火)	おかゆ	米	おかゆ	米	☆自然食お菓子	自然食お菓子
	人参の煮物	人参、さつま芋、だし	鮭と人参の煮物	鮭、人参 さつま芋、だし、片栗粉	おかゆ	米
10/8 (水)	じゃが芋のスープ	じゃが芋、玉葱、だし	じゃが芋のスープ	じゃが芋、玉葱、だし	鮭と人参の煮物	鮭、人参 さつま芋、だし
					じゃが芋のスープ	じゃが芋、玉葱、だし
10/9 (木)	おかゆ	米	野菜うどん	うどん、人参 玉葱、だし	☆キャロット蒸しパン	小麦粉、砂糖、油、人参
	カレイとブロッコリーの煮物	カレイ、ブロッコリー じゃが芋、だし			野菜うどん	うどん、人参 玉葱、だし
10/10 (金)	人参のスープ	人参、玉葱、だし	カレイとブロッコリーの煮物	カレイ、ブロッコリー じゃが芋、だし、片栗粉	カレイとブロッコリーの煮物	カレイ、ブロッコリー、じゃが芋、だし
					☆人参粥	米、人参、だし
10/11 (土)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	じゃが芋の煮物	じゃが芋、人参、だし	鶏肉とじゃが芋の煮物	ささみ、じゃが芋 人参、だし、片栗粉	鶏肉とじゃが芋の煮物	ささみ、じゃが芋 人参、だし
10/12 (日)	大根のスープ	大根、玉葱、だし	大根のスープ	大根、玉葱、だし	大根のスープ	大根、玉葱、だし
					☆スティックパン	食パン
10/13 (月)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	しらすと南瓜の煮物	しらす、南瓜 玉葱、だし	しらすと南瓜の煮物	しらす、南瓜 玉葱、だし、片栗粉	しらすと南瓜の煮物	しらす、南瓜 玉葱、だし
10/14 (火)	きゅうりのスープ	きゅうり、人参、だし	きゅうりのスープ	きゅうり、人参、だし	きゅうりのスープ	きゅうり、人参、だし
					☆フルーツ	りんご
10/15 (水)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	さつま芋の煮物	さつま芋、チンゲン菜、だし	鶏肉とさつま芋の煮物	ささみ、さつま芋 チンゲン菜、だし、片栗粉	鶏肉とさつま芋の煮物	ささみ、さつま芋 チンゲン菜、だし
10/16 (木)	ブロッコリーのスープ	ブロッコリー、玉葱、だし	ブロッコリーのスープ	ブロッコリー、玉葱、だし	ブロッコリーのスープ	ブロッコリー、玉葱、だし
					☆コーンフレーク	コーンフレーク
10/17 (金)	おかゆ	米	パン粥	食パン、だし	パン粥	食パン、だし
	高野豆腐と玉葱の煮物	高野豆腐、玉葱 人参、だし	高野豆腐と玉葱の煮物	高野豆腐、玉葱 人参、だし	高野豆腐と玉葱の煮物	高野豆腐、玉葱 人参、だし
10/18 (土)	大根のスープ	大根、ほうれん草、だし	大根のスープ	大根、ほうれん草、だし	大根のスープ	大根、ほうれん草、だし
					☆自然食お菓子	自然食お菓子
10/19 (日)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	豆腐と大根の煮物	豆腐、大根、人参、だし	豆腐と大根の煮物	豆腐、大根 人参、だし、片栗粉	豆腐と大根の煮物	豆腐、大根 人参、だし
10/20 (月)	じゃが芋のスープ	じゃが芋、玉葱、だし	じゃが芋のスープ	じゃが芋、玉葱、だし	じゃが芋のスープ	じゃが芋、玉葱、だし
					☆さつま芋粥	米、さつま芋、だし
10/21 (火)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	じゃが芋の煮物	じゃが芋、人参、だし	鶏肉とじゃが芋の煮物	ささみ、じゃが芋 人参、だし、片栗粉	鶏肉とじゃが芋の煮物	ささみ、じゃが芋 人参、だし
10/22 (水)	きゅうりのスープ	きゅうり、玉葱、だし	きゅうりのスープ	きゅうり、玉葱、だし	きゅうりのスープ	きゅうり、玉葱、だし
					☆バナナ蒸しパン	バナナ、小麦粉、油、砂糖
10/23 (木)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	白菜の煮物	白菜、参、だし	鮭と白菜の煮物	鮭、白菜 人参、だし、片栗粉	鮭と白菜の煮物	鮭、白菜 人参、だし
10/24 (金)	きゅうりのスープ	きゅうり、玉葱、だし	きゅうりのスープ	きゅうり、玉葱、だし	きゅうりのスープ	きゅうり、玉葱、だし
					☆きな粉パン	きな粉、食パン

- ・ 4日はお弁当日です。ご家庭より昼食をご持参ください。園で提供している月齢にあわせたベビーフードの持参をお願いします。
- ・ 9～11か月食は午前おやつで自然食お菓子を提供しています。(月・水・金曜日：紫芋チップ、火・木・土曜日：赤ちゃんせんべい)
- ・ ☆は、おやつです。 5～6か月、7～8か月、9～11か月は こんぶだし、かつおだし を使用しています。
- ・ 9～11か月のおやつで提供するパンケーキ類には、ベーキングパウダー(アルミフリー)を、使用しています。
- ・ お子様の喫食状況に合わせて、肉や魚などに片栗粉でとろみをつけて提供します。



10月の離乳食献立表



ときのはこども園

* 「自然食お菓子」とは、国産の原材料を使用し、添加物不使用のお菓子のことです。
* 仕入れにより、一部内容を変更する場合があります。

日付	5～6か月		7～8か月		9～11か月	
	献立	材 料	献立	材 料	献立	材 料
10/17 (金)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	ブロッコリーの煮物	ブロッコリー、玉葱、だし	鶏肉とブロッコリーの煮物	ささみ、ブロッコリー、玉葱、だし、片栗粉	鶏肉とブロッコリーの煮物	ささみ、ブロッコリー、玉葱、だし、片栗粉
	キャロットスープ	人参、じゃが芋、だし	キャロットスープ	人参、じゃが芋、だし	キャロットスープ ☆自然食お菓子	人参、じゃが芋、だし 自然食お菓子
10/18 (土)	おかゆ	米	パン粥	食パン、だし	パン粥	食パン、だし
	高野豆腐のふわふわスープ	高野豆腐、ほうれん草、じゃが芋、人参、だし	高野豆腐のふわふわスープ	高野豆腐、ほうれん草、じゃが芋、人参、だし	高野豆腐のふわふわスープ	高野豆腐、ほうれん草、じゃが芋、人参、だし
	フルーツ	バナナ	フルーツ	バナナ	フルーツ ☆自然食お菓子	バナナ 自然食お菓子
10/20 (月)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	さつま芋の煮物	さつま芋、人参、だし	大豆とさつま芋の煮物	大豆、さつま芋、人参、だし	大豆とさつま芋の煮物	大豆、さつま芋、人参、だし
	玉葱のスープ	玉葱、じゃが芋、だし	玉葱のスープ	玉葱、じゃが芋、だし	玉葱のスープ ☆バナナヨーグルト	玉葱、じゃが芋、だし バナナ、ヨーグルト
10/21 (火)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	小松菜の煮物	小松菜、人参、だし	鶏肉と小松菜の煮物	ささみ、小松菜、人参、だし、片栗粉	鶏肉と小松菜の煮物	ささみ、小松菜、人参、だし
	キャベツのスープ	キャベツ、玉葱、だし	キャベツのスープ	キャベツ、玉葱、だし	キャベツのスープ ☆マカロニぎな粉	キャベツ、玉葱、だし マカロニ、ぎな粉
10/22 (水)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	じゃが芋の煮物	じゃが芋、人参、だし	鶏肉とじゃが芋の煮物	ささみ、じゃが芋、人参、だし、片栗粉	鶏肉とじゃが芋の煮物	ささみ、じゃが芋、人参、だし、片栗粉
	オニオンスープ	玉葱、小松菜、だし	オニオンスープ	玉葱、小松菜、だし	オニオンスープ ☆コーンフレーク	玉葱、小松菜、だし コーンフレーク
10/23 (木)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	カレイとキャベツの煮物	カレイ、キャベツ、人参、だし	カレイとキャベツの煮物	カレイ、キャベツ、人参、だし、片栗粉	カレイとキャベツの煮物	カレイ、キャベツ、人参、だし
	玉葱のスープ	玉葱、小松菜、だし	玉葱のスープ	玉葱、小松菜、だし	玉葱のスープ ☆蒸し手	玉葱、小松菜、だし さつま芋
10/24 (金)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	玉葱の煮物	玉葱、さつま芋、だし	鶏肉と玉葱の煮物	ささみ、玉葱、さつま芋、だし、片栗粉	鶏肉と玉葱の煮物	ささみ、玉葱、さつま芋、だし
	小松菜のスープ	小松菜、人参、だし	小松菜のスープ	小松菜、人参、だし	小松菜のスープ ☆お焼き	小松菜、人参、だし 小麦粉、キャベツ、青葱、だし
10/25 (土)	おかゆ	米	パン粥	食パン、だし	パン粥	食パン、だし
	高野豆腐と人参の煮物	高野豆腐、人参、ほうれん草、だし	高野豆腐と人参の煮物	高野豆腐、人参、ほうれん草、だし	高野豆腐と人参の煮物	高野豆腐、人参、ほうれん草、だし
	大根のスープ	大根、玉葱、だし	大根のスープ	大根、玉葱、だし	大根のスープ ☆自然食お菓子	大根、玉葱、だし 自然食お菓子
10/27 (月)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	カレイとさつま芋の煮物	カレイ、さつま芋、玉葱、だし	カレイとさつま芋の煮物	カレイ、さつま芋、玉葱、だし、片栗粉	カレイとさつま芋の煮物	カレイ、さつま芋、玉葱、だし
	人参のスープ	人参、大根、だし	人参のスープ	人参、大根、だし	人参のスープ ☆蒸しパン	人参、大根、だし 小麦粉、油、砂糖
10/28 (火)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	じゃが芋の煮物	じゃが芋、きゅうり、だし	鶏肉とじゃが芋の煮物	ささみ、じゃが芋、きゅうり、だし、片栗粉	鶏肉とじゃが芋の煮物	ささみ、じゃが芋、きゅうり、だし
	大根のスープ	大根、人参、だし	大根のスープ	大根、人参、だし	大根のスープ ☆フルーツ	大根、人参、だし りんご
10/29 (水)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	大根の煮物	大根、小松菜、だし	鮭と大根の煮物	鮭、大根、小松菜、だし、片栗粉	鮭と大根の煮物	鮭、大根、小松菜、だし
	玉葱のスープ	玉葱、人参、だし	玉葱のスープ	玉葱、人参、だし	玉葱のスープ ☆ぎな粉パン	玉葱、人参、だし 食パン、ぎな粉
10/30 (木)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	南瓜の煮物	南瓜、キャベツ、だし	鶏肉と南瓜の煮物	ささみ、南瓜、キャベツ、だし、片栗粉	牛肉と南瓜の煮物	牛ミンチ、南瓜、キャベツ、だし
	白菜のスープ	白菜、玉葱、だし	白菜のスープ	白菜、玉葱、だし	白菜のスープ ☆彩りうどん	白菜、玉葱、だし うどん、玉葱、人参、だし
10/31 (金)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	しらすと大根の煮物	しらす、大根、玉葱、だし	しらすと大根の煮物	しらす、大根、玉葱、だし、片栗粉	しらすと大根の煮物	しらす、大根、玉葱、だし、片栗粉
	なすのスープ	なす、人参、だし	なすのスープ	なす、人参、だし	なすのスープ ☆マカロニの野菜煮	なす、人参、だし マカロニ、人参、玉葱、だし

- ・ 4日はお弁当日です。ご家庭より昼食をご持参ください。園で提供している月齢にあわせてたべーフードの持参をお願いします。
- ・ 9～11か月食は午前おやつで自然食お菓子を提供しています。(月・水・金曜日：紫芋チップ、火・木・土曜日：赤ちゃんせんべい)
- ・ ☆は、おやつです。 5～6か月、7～8か月、9～11か月は こんぶだし、かつおだし を使用しています。
- ・ 9～11か月のおやつで提供するパンケーキ類には、ベーキングパウダー(アルミフリー)を、使用しています。
- ・ お子様の喫食状況に合わせて、肉や魚などに片栗粉でとろみをつけて提供します。