



# 10月 離乳食献立表(初期)



今川学園 園長 篠瀬 実千代

日	曜日	献立名	主な材料	日	曜日	献立名	主な材料
1	土			17	月	おかゆ 豆腐のうらごし 人参ペースト	米 豆腐 人参
3	月			18	火	おかゆ 豆腐のうらごし 野菜のうらごし	米 豆腐 じゃが芋・人参・大根
4	火			19	水	おかゆ 豆腐のブロッコリーあん かぼちゃマッシュ	米 豆腐・ブロッコリー・だし汁・片栗粉 かぼちゃ
5	水			20	木	青菜がゆ 豆腐の人参ソース じゃが芋ペースト	米・小松菜 豆腐・人参 じゃが芋
6	木	おかゆ 人参ペースト	米 人参	21	金	おかゆ 青菜と豆腐のとろとろ 白菜と人参のうらごし	米 豆腐・小松菜・だし汁 白菜・人参
7	金	おかゆ ブロッコリーのとろとろ	米 ブロッコリー	22	土		
8	土	運動会		24	月	青菜がゆ 白身魚のすり流し 人参ペースト	米・ほうれん草 たら・だし汁・片栗粉 人参
10	月	体育の日		25	火	おかゆ 白身魚と人参のうすくず煮 ブロッコリーと麩のおひたし	米 白身魚・人参・青菜・だし汁・片栗粉 ブロッコリー・麩・だし汁
11	火	青菜がゆ 人参ペースト	米・小松菜 人参	26	水	おかゆ 鮭のグリーンソース 大根と人参のポッテリ煮	米 鮭・ほうれん草・だし汁 大根・人参・だし汁
12	水	人参がゆ ブロッコリーのとろとろ	米・人参 ブロッコリー	27	木	くたくたうどん 人参の豆腐和え かぼちゃとブロッコリーのサラダ	うどん・ほうれん草・だし汁 人参・豆腐・だし汁 ブロッコリー・かぼちゃ・だし汁
13	木	おかゆ ほうれん草と人参のペースト	米 ほうれん草・人参	28	金	おかゆ ほうれん草とたらのだし和え キャベツのやわらか煮	米 ほうれん草・たら・だし汁 キャベツ・だし汁
14	金	キャベツがゆ 人参ペースト	米・キャベツ 人参	29	土		
15	土			31	月	おかゆ 豆腐と根菜のくず煮 小松菜のポッテリ煮	米 豆腐・大根・人参・だし汁・片栗粉 小松菜・だし汁

