

中村学園大学付属 おひさま保育園  
給食だより★10月号★（離乳食）

月日	献立	初期	中期	後期	完了期
10月1日(金) 10月22日(金)	金芽米 シュンユイ 中華和え 春雨と白菜のスープ	つぶしがゆペースト 白身魚ペースト 白菜ペースト 人参ペースト	7分がゆ 煮魚 ほうれん草のくたくた煮 白菜スープ (人参、玉ねぎ)	全がゆ 煮魚 ほうれん草ともやしの和え物 春雨と白菜のスープ (人参、玉ねぎ)	金芽米 煮魚 中華和え 春雨と白菜のスープ
朝おやつ 3時おやつ	牛乳・パイン缶 スキムミルク カリカリいりこ 栗入りあんまん	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状 麦茶・パイン缶 麦茶 あんまん	歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・パイン缶 麦茶 あんまん
10月2日(土) 10月23日(土)	汁ピーフン ごぼうサラダ バナナ	おじや (キャベツ、人参)	おじや (ささみ、キャベツ、人参、 玉ねぎ)	おじや (ささみ、キャベツ、人参、 玉ねぎ)	おじや (ささみ、キャベツ、人参、 玉ねぎ)
朝おやつ 3時おやつ	コンク・ポーロ 牛乳 メロンパン	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状 麦茶・ポーロ 麦茶 赤ちゃん用お菓子	歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・ポーロ 麦茶 赤ちゃん用お菓子
10月4日(月) 10月18日(月)	金芽米 ポテとウインナーの肉味噌炒め ささみとキャベツのサラダ 青梗菜とあさりの卵スープ 梨	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト キャベツペースト じゃがいもペースト	7分がゆ じゃがいものそぼろ煮 (鶏ミンチ、人参、玉ねぎ) キャベツときゅうりの和え物 青梗菜のスープ (人参、玉ねぎ) りんご	全がゆ じゃがいものそぼろ煮 (豚ミンチ、人参、玉ねぎ、 さやいんげん) キャベツの和え物 (きゅうり、人参、コーン) 青梗菜のスープ(人参、玉ねぎ) りんご	金芽米 ポテとウインナーの肉味噌炒め ささみとキャベツのサラダ 青梗菜のスープ りんご
朝おやつ 3時おやつ	コンク・バナナ スキムミルク カリカリいりこ きな粉蒸しパン	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状 麦茶・バナナ 麦茶 きな粉蒸しパン	歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・バナナ 麦茶 きな粉蒸しパン
10月5日(火)	金芽米 野菜たっぷりスープ ハワイアンサラダ	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト 人参ペースト さつまいもペースト	7分がゆ ささみと野菜の煮物 (じゃがいも、人参、玉ねぎ) キャベツのスープ (玉ねぎ)	全がゆ 肉じゃが (鶏肉、人参、玉ねぎ、 さやいんげん) ハワイアンサラダ (キャベツ、きゅうり、パイン缶) わかめと玉ねぎのスープ	金芽米 肉じゃが (鶏肉、人参、玉ねぎ、 さやいんげん) ハワイアンサラダ (キャベツ、きゅうり、パイン缶)
朝おやつ 3時おやつ	牛乳・黄桃缶 スキムミルク カリカリいりこ パリパリピザ	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状 麦茶・黄桃缶 麦茶 蒸しパン	歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・黄桃缶 麦茶 ウインナー蒸しパン
10月6日(水) 10月20日(水)	金芽米 大豆の七目煮 小松菜の柚子風味和え きのこの味噌汁	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト 人参ペースト さつまいもペースト	7分がゆ 鶏ミンチと野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、じゃがいも) 小松菜のスープ(玉ねぎ) オレンジ	全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、いんげん) 小松菜ともやしの和え物 玉ねぎと人参のスープ オレンジ	金芽米 大豆の七目煮 (ごぼうなし) 小松菜の和え物 きのこの味噌汁
朝おやつ 3時おやつ	コンク・甘夏缶 スキムミルク カリカリいりこ チョコチップクッキー	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状 麦茶・バナナ 麦茶 クッキー	歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・甘夏缶 麦茶 クッキー
10月7日(木) 10月21日(木)	減塩パン ポークソテー かぼちゃとツナのサラダ 野菜スープ	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト かぼちゃペースト トマトペースト	7分がゆ ささみと玉ねぎのトマト煮 かぼちゃの甘煮 野菜スープ (キャベツ、人参、玉ねぎ)	全がゆ 豚ミンチと玉ねぎのトマト煮 かぼちゃの甘煮 野菜スープ (キャベツ、人参、玉ねぎ)	金芽米 ポークソテー かぼちゃとツナのサラダ 野菜スープ
朝おやつ 3時おやつ	豆乳・りんご 麦茶 カリカリいりこ わかめおにぎり	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状 豆乳・りんご 麦茶 おじや	歯ぐきで噛む・肉団子状 豆乳・りんご 麦茶 わかめおにぎり
10月8日(金)	金芽米 かにたまあんかけ 白菜の中華和え ベーコンと野菜のスープ りんご	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト ほうれん草ペースト 白菜ペースト	7分がゆ 豆腐の野菜あんかけ (鶏ミンチ、ほうれん草、 人参、玉ねぎ) 白菜スープ (キャベツ、人参、玉ねぎ) りんご	全がゆ 豆腐の野菜あんかけ (鶏ミンチ、ほうれん草、 人参、玉ねぎ) 白菜スープ (キャベツ、人参、玉ねぎ) りんご	金芽米 かにたまあんかけ (かにかま、卵なし) 白菜の中華和え (かにかまなし) ベーコンと野菜のスープ りんご
朝おやつ 3時おやつ	牛乳・パイン缶 牛乳 丸ポーロ	ペースト状	舌でつぶせる・豆腐状	歯ぐきでつぶす・バナナ状 麦茶・パイン缶 麦茶 赤ちゃん用お菓子	歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・パイン缶 麦茶 赤ちゃん用お菓子

月日	献立	初期	中期	後期	完了期
10月11日(月) 10月25日(月)	金芽米 秋刀魚の塩焼き 大根のごま炒め もずくの卵スープ 柿  朝おやつ 3時おやつ コンク・バナナ 麦茶 カリカリいりこ 大学芋	つぶしがゆペースト 白身魚ペースト 大根ペースト ほうれん草ペースト  ペースト状	7分がゆ 煮魚 大根の煮物 ほうれん草のスープ (人参、玉ねぎ) オレンジ  舌でつぶせる・豆腐状	全がゆ 煮魚 大根の煮物 ほうれん草のスープ (人参、玉ねぎ) オレンジ 歯ぐきでつぶす・バナナ状 麦茶・バナナ 麦茶 さつまいもの甘煮	金芽米 煮魚 大根の炒め物 (ちくわなし) もずくのスープ オレンジ 歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・バナナ 麦茶 さつまいもの甘煮
10月12日(火) 10月26日(火)	金芽米 鶏肉とれんこんの揚げ団子 もやしの和え物 はな麩すまし汁 りんご  朝おやつ 3時おやつ 牛乳・黄桃缶 スキムミルク カリカリいりこ ツナパン	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト 人参ペースト さつまいもペースト  ペースト状	7分がゆ 鶏団子と野菜の煮物 (豆腐、人参、玉ねぎ) 玉ねぎたっぷりスープ りんご  舌でつぶせる・豆腐状	全がゆ 鶏団子と野菜の煮物 (豆腐、人参、玉ねぎ) もやしの和え物(人参、きゅうり) 玉ねぎたっぷりスープ りんご 歯ぐきでつぶす・バナナ状 麦茶・黄桃缶 麦茶 蒸しパン	金芽米 鶏肉の焼き団子 もやしの和え物 (ちくわなし) はな麩すまし汁 りんご 歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・黄桃缶 麦茶 ツナパン
10月13日(水) 10月27日(水)	金芽米 卵の酢豚風炒め はんぺんと青梗菜のサラダ 中華スープ  朝おやつ 3時おやつ コンク・甘夏缶 スキムミルク カリカリいりこ 秋のりんごケーキ	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト 人参ペースト キャベツペースト  ペースト状	7分がゆ 鶏ミンチと野菜の煮物 (人参、玉ねぎ) 青梗菜とキャベツのスープ  舌でつぶせる・豆腐状	全がゆ 豚ミンチと野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、ピーマン) 青梗菜とコーンのスープ (キャベツ) 歯ぐきでつぶす・バナナ状 麦茶・バナナ 麦茶 秋のりんごケーキ	金芽米 酢豚風炒め 青梗菜のサラダ 中華スープ (卵、あさり、たけのこなし) 歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・甘夏缶 麦茶 秋のりんごケーキ
10月14日(木)	ロールパン 鶏肉のきのこバター醤油焼き 白菜サラダ 青梗菜のミルクスープ 白桃ゼリー  朝おやつ 3時おやつ 豆乳・ウエハース オレンジジュース 誕生ケーキ	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト 白菜ペースト かぼちゃペースト  ペースト状	7分がゆ ささみのやわらか煮 白菜とりんごの和え物 野菜スープ (人参、玉ねぎ、青梗菜)  舌でつぶせる・豆腐状	全がゆ 鶏肉の煮物 白菜サラダ (りんご、みかん缶) 野菜スープ (青梗菜、人参、玉ねぎ) 歯ぐきでつぶす・バナナ状 豆乳・赤ちゃん用お菓子 麦茶 誕生ケーキ	金芽米 鶏肉のきのこバター醤油焼き 白菜サラダ 青梗菜のミルクスープ 白桃ゼリー 歯ぐきで噛む・肉団子状 豆乳・ウエハース りんごジュース 誕生ケーキ
10月15日(金) 10月29日(金)	金芽米 厚揚げと牛肉の甘辛煮 かにかまサラダ かぼちゃの味噌汁  朝おやつ 3時おやつ 牛乳・パイン缶 スキムミルク カリカリいりこ チーズトースト	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト かぼちゃペースト 人参ペースト  ペースト状	7分がゆ 鶏ミンチと豆腐の煮物 (玉ねぎ、白菜、キャベツ) かぼちゃの味噌汁 (人参、玉ねぎ)  舌でつぶせる・豆腐状	全がゆ 牛ミンチと豆腐の煮物 (玉ねぎ、白菜) キャベツと人参の和え物 (きゅうり) かぼちゃの味噌汁 (人参、玉ねぎ) 歯ぐきでつぶす・バナナ状 麦茶・パイン缶 麦茶 蒸しパン	金芽米 厚揚げと牛肉の甘辛煮 サラダ かぼちゃの味噌汁 歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・パイン缶 麦茶 チーズ蒸しパン
10月16日(土) 10月30日(土)	そうめんちり さつまいもと柿のサラダ プリン  朝おやつ 3時おやつ 牛乳 チョコパン	おじや (大根、人参、白菜)  ペースト状	おじや (ささみ、さつまいも、大根、 人参、白菜)  舌でつぶせる・豆腐状	おじや (ささみ、さつまいも、大根、 人参、白菜) 歯ぐきでつぶす・バナナ状 麦茶・ポーロ 麦茶 赤ちゃん用お菓子	おじや (ささみ、さつまいも、大根、 人参、白菜) 歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・ポーロ 麦茶 赤ちゃん用お菓子
10月19日(火)	金芽米 白身魚のトマトソース焼き エリンギとベーコンの バターソテー オニオンスープ  朝おやつ 3時おやつ 牛乳・黄桃缶 スキムミルク カリカリいりこ 黒糖クッキー	つぶしがゆペースト 白身魚ペースト トマトペースト ほうれん草ペースト  ペースト状	7分がゆ 白身魚のトマト煮 ほうれん草のやわらか煮 オニオンスープ  舌でつぶせる・豆腐状	全がゆ 白身魚のトマト煮 ほうれん草のやわらか煮 オニオンスープ 歯ぐきでつぶす・バナナ状 麦茶・黄桃缶 麦茶 クッキー	金芽米 白身魚のトマトソース焼き エリンギとベーコンの バターソテー オニオンスープ 歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・黄桃缶 麦茶 クッキー
10月28日(木)	減塩パン チキン南蛮 フレンチサラダ コーンスープ オレンジ  朝おやつ 3時おやつ 豆乳・りんご 麦茶 カリカリいりこ じゃこ飯おにぎり	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト キャベツペースト さつまいもペースト  ペースト状	7分がゆ ささみと玉ねぎの煮物 キャベツのスープ (人参、玉ねぎ) オレンジ  舌でつぶせる・豆腐状	全がゆ 鶏肉と玉ねぎの煮物 キャベツの和え物 (人参、きゅうり) コーンスープ(人参、玉ねぎ) オレンジ 歯ぐきでつぶす・バナナ状 豆乳・りんご 麦茶 おじや	金芽米 チキン南蛮 フレンチサラダ コーンスープ オレンジ 歯ぐきで噛む・肉団子状 豆乳・りんご 麦茶 じゃこ飯おにぎり