

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(土)	みそ煮込み肉うどん かぼちゃのごま和え バナナ 朝おやつ 3時おやつ コンク・ポーロ 牛乳 カスタードパン	おじや (人参、かぼちゃ) ペースト状	おじや (ささみ、人参、かぼちゃ 玉ねぎ) バナナ 舌でつぶせる・豆腐状	おじや (ささみ、人参、かぼちゃ 玉ねぎ) バナナ 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、人参、かぼちゃ 玉ねぎ) バナナ 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3日(月) 10月17日(月)	金芽米 雑菜 大根のレモン酢和え わかめスープ 柿 朝おやつ 3時おやつ 牛乳・バナナ スキムミルク カリカリいりこ おふのラスク	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト 大根ペースト 人参ペースト ペースト状	7分がゆ ささみと野菜の煮物 (キャベツ、人参) 大根スープ (玉ねぎ、人参) オレンジ 舌でつぶせる・豆腐状	全がゆ 牛ミンチと野菜の煮物 (キャベツ、人参、大根、春雨) わかめスープ (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 蒸しパン	金芽米 雑菜 大根のレモン酢和え わかめスープ オレンジ 歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・バナナ 麦茶 おふのラスク
10月4日(火) 10月18日(火)	金芽米 ポークカレー キャベツとコーンのサラダ 朝おやつ 3時おやつ コンク・黄桃缶 スキムミルク カリカリいりこ りんごジャムサンド	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト じゃがいもペースト キャベツペースト ペースト状	7分がゆ じゃがいものそぼろ煮 (鶏ミンチ、玉ねぎ、人参) キャベツと玉ねぎのスープ 舌でつぶせる・豆腐状	全がゆ じゃがいものそぼろ煮 (豚ミンチ、玉ねぎ、人参) キャベツとコーンのサラダ わかめスープ(玉ねぎ) 歯ぐきでつぶす・バナナ状 麦茶・黄桃缶 麦茶 りんごジャム蒸しパン	金芽米 肉じゃが (豚肉、玉ねぎ、人参、 じゃがいも、コーン、いんげん) キャベツとコーンのサラダ わかめスープ(玉ねぎ) 歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・黄桃缶 麦茶 りんごジャム蒸しパン
10月5日(水) 10月19日(水)	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 梨 朝おやつ 3時おやつ 豆乳・パイン缶 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 ほうれん草ペースト 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、人参) ほうれん草のスープ (玉ねぎ) りんご 舌でつぶせる・豆腐状	全がゆ 鶏ミンチと豆腐の煮物 (玉ねぎ、人参) もやしの和え物 (人参、きゅうり) ほうれん草のスープ(玉ねぎ) りんご 歯ぐきでつぶす・バナナ状 豆乳・パイン缶 麦茶 玉ねぎとコーンの蒸しパン	金芽米 鶏肉の焼き団子 (レバー、卵なし) 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 豆乳・パイン缶 麦茶 ツナパン
10月6日(木) 10月20日(木)	減塩パン チーズハンバーグ ひじきのツナサラダ コーンスープ オレンジ 朝おやつ 3時おやつ コンク・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 じゃがいもペースト ペースト状	7分がゆ 鶏ミンチと野菜の煮物 (玉ねぎ、人参) キャベツのスープ (玉ねぎ、人参) オレンジ 舌でつぶせる・豆腐状	全がゆ 肉団子の煮物 (牛豚ミンチ、玉ねぎ) ひじきの和え物 (キャベツ、人参) コーンスープ(玉ねぎ、人参) オレンジ 歯ぐきでつぶす・バナナ状 麦茶・りんご 麦茶 おじや	金芽米 チーズハンバーグ (卵、レバーなし) ひじきのツナサラダ コーンスープ オレンジ 歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・りんご 麦茶 じゃこ飯おにぎり
10月7日(金)	金芽米 シーフードオムレツ もやしのごま和え 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・甘夏缶 牛乳 丸ポーロ	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト キャベツペースト 人参ペースト ペースト状	7分がゆ ささみと玉ねぎの煮物 野菜たっぷりスープ (玉ねぎ、人参、キャベツ) りんご 舌でつぶせる・豆腐状	全がゆ 鶏肉と玉ねぎの煮物 (いんげん) もやしの和え物(きゅうり、人参) 野菜スープ(玉ねぎ、人参、 キャベツ、グリーンピース) りんご 歯ぐきでつぶす・バナナ状 麦茶・バナナ 麦茶 赤ちゃん用お菓子	金芽米 シーフードオムレツ (卵、かにかまなし) もやしの和え物 (ちくわなし) ベーコンと野菜のスープ りんご 歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・甘夏缶 麦茶 赤ちゃん用お菓子
10月22日(土)	汁ビーフン ごぼうサラダ バナナ 朝おやつ 3時おやつ コンク・ポーロ 牛乳 メロンパン	おじや (人参、キャベツ) ペースト状	おじや (ささみ、玉ねぎ、人参、 キャベツ) バナナ 舌でつぶせる・豆腐状	おじや (ささみ、玉ねぎ、人参、 キャベツ) バナナ 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、玉ねぎ、人参、 キャベツ) バナナ 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

月日		初期	中期	後期	完了期
10月11日(火)	金芽米 大豆の七目煮	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト	7分がゆ ささみと野菜の煮物	全がゆ 大豆と野菜の煮物	金芽米 大豆の七目煮
10月25日(火)	小松菜の柚子風味和え きのこの味噌汁 オレンジ	人参ペースト さつまいもペースト	(人参、じゃがいも) 小松菜と玉ねぎのスープ オレンジ	(鶏肉、人参、じゃがいも いんげん) 小松菜の和え物(もやし、人参) 玉ねぎのとろろスープ オレンジ	(ごぼうなし) 小松菜の和え物 きのこの味噌汁 オレンジ
朝おやつ 3時おやつ	コンク・黄桃缶 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 歯ぐきでつぶす・バナナ状 麦茶・黄桃缶 麦茶 クッキー	歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・黄桃缶 麦茶 クッキー
10月12日(水)	金芽米 卵の酢豚風炒め	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト	7分がゆ 野菜のそぼろ煮	全がゆ 野菜のそぼろ煮	金芽米 酢豚風炒め
10月26日(水)	ほうれん草のバター醤油炒め はんぺんと青梗菜のサラダ 中華スープ	キャベツペースト 人参ペースト	(鶏ミンチ、玉ねぎ、人参) 青梗菜のスープ (キャベツ、玉ねぎ、人参)	(豚ミンチ、玉ねぎ、人参、 ピーマン) 青梗菜の和え物(キャベツ) 玉ねぎと人参のスープ	青梗菜のサラダ 中華スープ (あさり、たけのこなし)
朝おやつ 3時おやつ	豆乳・パイン缶 スキムミルク カリカリいりこ 秋のりんごケーキ	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・パイン缶 麦茶 秋のりんごケーキ	歯ぐきで噛む・肉団子状 豆乳・パイン缶 麦茶 秋のりんごケーキ
10月13日(木)	減塩パン 魚のマヨコーン焼き	つぶしがゆペースト 白身魚ペースト	7分がゆ 煮魚(玉ねぎ)	全がゆ 煮魚(玉ねぎ)	金芽米 魚のマヨコーン焼き
10月27日(木)	ほうれん草のバター醤油炒め かぼちゃのシチュー	ほうれん草ペースト かぼちゃペースト	ほうれん草のくたくた煮 かぼちゃスープ (玉ねぎ、人参)	ほうれん草のくたくた煮 かぼちゃスープ (玉ねぎ、人参)	ほうれん草のバター醤油炒め かぼちゃのシチュー
朝おやつ 3時おやつ	コンク・りんご 麦茶 カリカリいりこ 鮭おにぎり	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 麦茶・りんご 麦茶 おじや	歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・りんご 麦茶 鮭おにぎり
10月14日(金)	金芽米 ポークステーキソース	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト	7分がゆ ささみと白菜の煮物	全がゆ 豚ミンチと野菜の煮物	金芽米 ポークステーキソース
朝おやつ 3時おやつ	白菜とカリカリベーコンの サラダ オニオンキャベツスープ 白桃ゼリー	人参ペースト さつまいもペースト	野菜スープ (キャベツ、玉ねぎ、人参)	(白菜、玉ねぎ、人参) オニオンキャベツスープ	白菜とカリカリベーコンの サラダ オニオンキャベツスープ 白桃ゼリー
朝おやつ 3時おやつ	牛乳・甘夏缶 ぶどうジュース 誕生ケーキ	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 誕生ケーキ	歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・甘夏缶 りんごジュース 誕生ケーキ
10月15日(土)	そうめんちり さつまいもと柿のサラダ	おじや (大根、人参、白菜、 さつまいも)	おじや (ささみ、玉ねぎ、人参、 白菜、さつまいも、大根)	おじや (ささみ、玉ねぎ、人参、 白菜、さつまいも、大根)	おじや (ささみ、玉ねぎ、人参、 白菜、さつまいも、大根)
10月29日(土)	プリン	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21日(金)	金芽米 鮭の和風ソテー	つぶしがゆペースト 白身魚ペースト	7分がゆ 煮魚(玉ねぎ)	全がゆ 煮魚(玉ねぎ)	金芽米 鮭の和風ソテー(かぼすなし)
朝おやつ 3時おやつ	大根と青梗菜の煮物 鶏汁 りんご	大根ペースト 人参ペースト	大根と青梗菜のやわらか煮 人参と玉ねぎのスープ りんご	大根と青梗菜のやわらか煮 人参と玉ねぎのスープ りんご	大根と青梗菜の煮物 鶏汁(ごぼうなし) りんご
朝おやつ 3時おやつ	牛乳・甘夏缶 スキムミルク カリカリいりこ フワフワかぼちゃケーキ	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 フワフワかぼちゃケーキ	歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・甘夏缶 麦茶 フワフワかぼちゃケーキ
10月24日(月)	金芽米 揚げ魚のきのこあんかけ	つぶしがゆペースト 白身魚ペースト	7分がゆ 魚のあんかけ	全がゆ 魚のあんかけ(玉ねぎ、人参、 キャベツ、ピーマン、もやし)	金芽米 魚のきのこあんかけ
10月31日(月)	野菜のごま炒め 春雨と白菜のスープ りんご	白菜ペースト 人参ペースト	(玉ねぎ、人参、キャベツ) 白菜スープ(玉ねぎ) りんご	春雨と白菜のスープ(玉ねぎ) りんご	野菜の炒めもの 春雨と白菜のスープ りんご
朝おやつ 3時おやつ	牛乳・バナナ スキムミルク カリカリいりこ スイートポテト	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 スイートポテト	歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・バナナ 麦茶 スイートポテト
10月28日(金)	金芽米 厚揚げと牛肉の甘辛煮	つぶしがゆペースト 豆腐ペースト	7分がゆ 豆腐の野菜あんかけ	全がゆ 豆腐の野菜あんかけ	金芽米 厚揚げと牛肉の甘辛煮
朝おやつ 3時おやつ	小松菜としらすの和え物 もずくの卵スープ	白菜ペースト 人参ペースト	(鶏ミンチ、玉ねぎ、白菜) 小松菜のスープ (玉ねぎ、人参)	(牛ミンチ、玉ねぎ、白菜) 小松菜の和え物(もやし、人参) もずくのスープ(玉ねぎ、人参)	小松菜としらすの和え物 もずくのスープ (たけのこなし)
朝おやつ 3時おやつ	牛乳・甘夏缶 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・バナナ 麦茶 あんまん	歯ぐきで噛む・肉団子状 麦茶・甘夏缶 麦茶 あんまん