

# 10月 離乳食献立表

令和6年10月1日発行  
別府つくし保育園  
つばみ組

	月	火	水	木	金	土	
		1	2	3	4	5	
中期		・全粥 ・白身魚と大根の煮物 ・人参とキャベツの和え物 ・清汁	・全粥 ・白身魚とさつま芋の炒り煮 ・人参と大根の和え物 ・清汁	・全粥 ・白身魚と玉ねぎの炒り煮 ・人参とじゃが芋の和え物 ・清汁	・全粥 ・鶏肉とじゃが芋の煮物 ・人参と大根の和え物 ・清汁	・鶏肉と野菜の煮込みうどん ・豆腐と人参の和え物	
後期		・軟飯 ・白身魚と大根の煮物 ・人参とキャベツの和え物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚とさつま芋の炒り煮 ・人参と大根の和え物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚と玉ねぎの炒り煮 ・人参とじゃが芋の和え物 ・清汁	・軟飯 ・鶏肉とじゃが芋の煮物 ・人参と大根の和え物 ・清汁	・鶏肉と野菜の煮込みうどん ・豆腐と人参の和え物	
10時のおやつ		・りんご	・粉ふき芋	・スティック大根	・さつま芋スティック	・離乳食用お菓子	
3時のおやつ		・鬆れんちトースト	・玉ねぎのおやき	・じゃが芋のおやき	・キャベツのおやき	・バナナのおやき	
	7	8	9	10	11	12	
中期		・全粥 ・白身魚と玉ねぎの炒り煮 ・人参とほうれん草の和え物 ・清汁	・全粥 ・鶏肉と豆腐の煮物 ・人参としらすの和え物 ・清汁	・全粥 ・白身魚と玉ねぎの炒り煮 ・人参とブロッコリーの和え物 ・清汁	・全粥 ・白身魚と大根の煮物 ・人参としらすの和え物 ・清汁	・全粥 ・鶏肉とじゃが芋の煮物 ・人参と豆腐の和え物 ・清汁	
後期		・軟飯 ・白身魚と玉ねぎの炒り煮 ・人参とほうれん草の和え物 ・清汁	・軟飯 ・鶏肉と豆腐の煮物 ・人参としらすの和え物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚と玉ねぎの炒り煮 ・人参とブロッコリーの和え物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚と大根の煮物 ・人参としらすの和え物 ・清汁	・軟飯 ・鶏肉とじゃが芋の煮物 ・人参と豆腐の和え物 ・清汁	・鶏肉と野菜の煮込みうどん ・人参とほうれん草の和え物
10時のおやつ		・わかめ粥	・オレンジ	・スティックきゅうり	・スティック人参	・スティック大根	・離乳食用お菓子
3時のおやつ	・フルーツ和え	・キャベツのおやき	・鬆のきな粉和え	・野菜粥	・ふかし芋	・野菜粥	
	14	15	16	17	18	19	
中期		・全粥 ・豆腐と玉ねぎの煮物 ・人参とほうれん草の和え物 ・清汁	・全粥 ・白身魚とさつま芋の煮物 ・人参とキャベツの和え物 ・清汁	・全粥 ・白身魚と玉ねぎの煮物 ・人参とさつま芋の和え物 ・清汁	・全粥 ・鶏肉とじゃが芋の煮物 ・人参とキャベツの和え物 ・清汁	・魚と野菜の煮込みうどん ・人参とじゃが芋の和え物	
後期		・軟飯 ・豆腐と玉ねぎの煮物 ・人参とほうれん草の和え物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚とさつま芋の煮物 ・人参とキャベツの和え物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚と玉ねぎの煮物 ・人参とさつま芋の和え物 ・清汁	・軟飯 ・鶏肉とじゃが芋の煮物 ・人参とキャベツの和え物 ・清汁	・魚と野菜の煮込みうどん ・人参とじゃが芋の和え物	
10時のおやつ		・ゆかり粥	・スティックきゅうり	・バナナ	・離乳食用お菓子	・離乳食用お菓子	
3時のおやつ	・玉ねぎのおやき	・スイートポテト	・玉ねぎのおやき	・鬆れんちトースト	・玉ねぎのおやき		
	21	22	23	24	25	26	
中期		・全粥 ・白身魚と豆腐の煮物 ・人参とほうれん草の和え物 ・清汁	・全粥 ・鶏肉と玉ねぎの煮物 ・人参とほうれん草の和え物 ・清汁	・全粥 ・白身魚と玉ねぎの煮物 ・人参とキャベツの和え物 ・清汁	・全粥 ・白身魚とじゃが芋の炒り煮 ・人参とほうれん草の和え物 ・清汁	・全粥 ・白身魚と大根の煮物 ・人参とかぼちゃの和え物 ・清汁	
後期		・軟飯 ・白身魚と豆腐の煮物 ・人参とほうれん草の和え物 ・清汁	・軟飯 ・鶏肉と玉ねぎの煮物 ・人参とほうれん草の和え物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚と玉ねぎの煮物 ・人参とキャベツの和え物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚とじゃが芋の炒り煮 ・人参とほうれん草の和え物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚と大根の煮物 ・人参とかぼちゃの和え物 ・清汁	
10時のおやつ		・しらす粥	・りんご	・スティック人参	・さつま芋スティック	・粉ふき芋	
3時のおやつ	・フルーツ和え	・ほうれん草のおやき	・粉ふき芋	・鬆のお粥	・ふかし芋		
	28	29	30	31			
中期	・全粥 ・鶏肉と豆腐の煮物 ・人参とキャベツの和え物 ・清汁	・全粥 ・鶏肉と玉ねぎの煮物 ・人参とじゃが芋の和え物 ・清汁	・全粥 ・鮭と玉ねぎの煮物 ・人参とブロッコリーの和え物 ・清汁	・全粥 ・白身魚とじゃが芋の煮物 ・人参と大根の和え物 ・清汁			
後期	・軟飯 ・鶏肉と豆腐の煮物 ・人参とキャベツの和え物 ・清汁	・軟飯 ・鶏肉と玉ねぎの煮物 ・人参とじゃが芋の和え物 ・清汁	・軟飯 ・鮭と玉ねぎの煮物 ・人参とブロッコリーの和え物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚とじゃが芋の煮物 ・人参と大根の和え物 ・清汁			
10時のおやつ	・豆乳粥	・オレンジ	・スティック大根	・スティックきゅうり			
3時のおやつ	・豆腐のおやき	・キャベツのおやき	・鬆のきな粉和え	・かぼちゃのおやき			