

10月離乳食こんだてひょう



令和8年度 10月号

あいさり認定こども園

日曜日		ゴックン期（6ヵ月頃）	モグモグ期（7～9ヶ月）		カミカミ期（10～11ヶ月頃）		パクパク期（12ヶ月～）		
		お昼	お昼	午後おやつ	お昼	午後おやつ	午前おやつ	お昼	午後おやつ
1	木		納豆がゆ カレイの煮つけ 野菜煮 野菜スープ	ミルク	納豆ごはん カレイの煮つけ 野菜煮 野菜スープ 果物	麦茶 さつまいも甘煮	麦茶 ビスケット	麦飯 白身魚のパン粉焼き 厚揚げと小松菜の炒め煮 ひじき納豆 野菜スープ 果物	牛乳 さつまいもスティック
2	金				運動会のため給食なし				
3	土		5倍粥 鶏ささみと野菜の旨煮	ミルク	軟飯 鶏ささみと野菜の旨煮	麦茶 せんべい	麦茶 おやつ	麦飯 豚肉と野菜の旨煮 果物	麦茶 せんべい
4	日								
5	月		5倍粥 カレイの煮つけ ブロッコリー煮 豆腐と野菜のスープ	ミルク	軟飯 カレイの煮つけ ブロッコリー煮 豆腐と野菜のスープ 果物	麦茶 パンがゆ	麦茶 せんべい	麦飯 さんまのかば焼き 里芋の煮っころがし みそ汁 果物	牛乳 しらすトースト
6	火		5倍粥 鶏ささみだし煮 さつまいも煮 野菜スープ	ミルク	軟飯 鶏ささみだし煮 さつまいも煮 野菜スープ	麦茶 パンがゆ	麦茶 ヨーグルト	麦飯 生揚げ肉みそかけ さつまいもサラダ ちゃんぽんスープ 果物	牛乳 ジャムサンド
7	水		5倍粥 鶏ささみだし煮 野菜煮 野菜スープ	ミルク	軟飯 鶏ささみだし煮 野菜煮 野菜スープ 果物	麦茶 煮込みうどん	バナナ豆乳 ハイハイ	ゆかりごはん 豚肉のねぎ塩ソース 根菜煮 みそ汁 果物	麦茶 煮込みうどん
8	木		5倍粥 カレイの煮つけ ブロッコリー煮 豆腐と野菜のスープ	ミルク	軟飯 カレイの煮つけ ブロッコリー煮 豆腐と野菜のスープ	麦茶 パンがゆ	牛乳 ウエハース	麦飯 さばの塩焼き マロニーサラダ みそ汁 果物	牛乳 ジャムサンド
9	金		ピクニックのためお弁当	ミルク	ピクニックのためお弁当	麦茶 かぼちゃのおやき	麦茶 せんべい	ピクニックのためお弁当	牛乳 かぼちゃのおやき
10	土		5倍粥 鶏ささみと野菜の旨煮	ミルク	軟飯 鶏ささみと野菜の旨煮	麦茶 せんべい	麦茶 おやつ	麦飯 ボークケチャップ 果物	麦茶 せんべい
11	日								
12	月								
13	火	対象なし	5倍粥 カレイの煮つけ カリフラワー煮 野菜スープ	ミルク	軟飯 カレイの煮つけ カリフラワー煮 野菜スープ 果物	麦茶 パンがゆ	麦茶 せんべい	麦飯 さわらの昆布漬け焼き カリフラワーマヨ和え 春雨そぼろ炒め みそ汁 果物	牛乳 ジャムサンド
14	水		5倍粥 豆腐煮 キャベツ煮 豆腐と野菜のスープ	ミルク	軟飯 豆腐煮 キャベツ煮 豆腐と野菜のスープ	麦茶 りんご煮	牛乳 ポーロ	麦飯 マーボー豆腐 キャベツとわかめの和え物 中華スープ 果物	牛乳 りんご煮
15	木		5倍粥 鶏ささみだし煮 ブロッコリー煮 野菜スープ	ミルク	煮込みパスタ ブロッコリー煮 果物	麦茶 パンがゆ	麦茶 せんべい	煮込みパスタ ツナサラダ 切干大根スープ 果物	牛乳 フルーツサンド
16	金		5倍粥 鶏ささみと野菜の旨煮 ブロッコリー煮	ミルク	軟飯 鶏ささみと野菜の旨煮 ブロッコリー煮 果物	麦茶 さつまいも甘煮	麦茶 ヨーグルト	麦飯 かぼちゃシチュー ブロッコリーしょうゆ和え マカロニサラダ 果物	牛乳 さつまいもスティック
17	土		5倍粥 鶏ささみと野菜の旨煮	ミルク	軟飯 鶏ささみと野菜の旨煮	麦茶 せんべい	麦茶 おやつ	麦飯 鶏肉と野菜の旨煮 果物	麦茶 せんべい
18	日								
19	月		納豆がゆ 鶏ささみだし煮 小松菜煮 野菜スープ	ミルク	納豆ごはん 鶏ささみだし煮 小松菜煮 野菜スープ 果物	麦茶 ツナ入りがゆ	麦茶 ハイハイ	麦飯 鶏ささみだし煮 切干大根煮物 小松菜納豆和え みそ汁 果物	麦茶 チャーハン
20	火		5倍粥 カレイの煮つけ ブロッコリーしらす和え 豆腐と野菜のスープ	ミルク	軟飯 カレイの煮つけ ブロッコリーしらす和え 豆腐と野菜のスープ	麦茶 パンがゆ	麦茶 ヨーグルト	麦飯 ほっけの海苔焼き ブロッコリーしらす和え 芋の子汁 果物	牛乳 ジャムサンド
21	水		5倍粥 鶏ささみだし煮 じゃがいも煮 かぼちゃスープ	ミルク	軟飯 鶏ささみだし煮 じゃがいも煮 かぼちゃスープ 果物	麦茶 パナナ	麦茶 せんべい	麦飯 豚肉ケチャップ焼き ポテトサラダ かぼちゃスープ 果物	牛乳 パナナ
22	木		5倍粥 カレイの煮つけ じゃがいも煮 野菜スープ	ミルク	軟飯 カレイの煮つけ じゃがいも煮 野菜スープ	麦茶 りんご煮	牛乳 ウエハース	わかめごはん 赤魚のみりん焼き 五目きんぴら みそ汁 果物	牛乳 りんご煮
23	金		5倍粥 鶏ささみと野菜の旨煮 ブロッコリー煮	ミルク	軟飯 鶏ささみと野菜の旨煮 ブロッコリー煮	麦茶 煮込みそうめん	麦茶 ハイハイ	麦飯 豚肉と野菜の旨煮 ブロッコリーのおかか和え 里芋青のり風味揚げ ヨーグルト	麦茶 すいとん汁
24	土		5倍粥 鶏ささみと野菜の旨煮	ミルク	軟飯 鶏ささみと野菜の旨煮	麦茶 せんべい	麦茶 おやつ	麦飯 ビビンバ 果物	麦茶 せんべい
25	日								
26	月		5倍粥 鶏ささみだし煮 ブロッコリー煮 野菜スープ	ミルク	軟飯 鶏ささみだし煮 ブロッコリー煮 野菜スープ 果物	麦茶 せんべい	麦茶 せんべい	麦飯 鶏ささみだし煮 ひじき煮 みそ汁 果物	牛乳 せんべい
27	火		5倍粥 カレイの煮つけ 人参煮 野菜スープ	ミルク	軟飯 カレイの煮つけ 人参煮 野菜スープ	麦茶 パンがゆ	麦茶 せんべい	麦飯 カレイのニラあんかけ 切干大根そぼろ炒め 豚汁 ヨーグルト	牛乳 ジャムサンド
28	水		5倍粥 鶏ささみだし煮 じゃがいも煮 野菜スープ	ミルク	軟飯 鶏ささみだし煮 じゃがいも煮 野菜スープ	麦茶 ツナ入りがゆ	牛乳 ポーロ	麦飯 鶏肉のみそ焼き ジャーマンポテト 豆乳スープ	麦茶 ツナ入りごはん
29	木		5倍粥 カレイの煮つけ かぶ煮 野菜スープ	ミルク	軟飯 カレイの煮つけ かぶ煮 野菜スープ	麦茶 ツナ入りがゆ	麦茶 せんべい	麦飯 白身魚のマヨネーズ焼き かぶのゆかり和え 春雨とわかめのサラダ みそ汁 果物	麦茶 わかめおむすび
30	金		5倍粥 鶏ささみと野菜のトマト煮 カリフラワー煮	ミルク	軟飯 鶏ささみと野菜のトマト煮 カリフラワー煮	麦茶 せんべい	牛乳 ビスケット	麦飯 鶏ささみと野菜のトマト煮 カリフラワーマヨ和え	牛乳 せんべい
31	土		5倍粥 鶏ささみと野菜の旨煮	ミルク	軟飯 鶏ささみと野菜の旨煮	麦茶 鮭入りがゆ	麦茶 おやつ	麦飯 鶏肉と野菜の旨煮 果物	麦茶 せんべい

※10/2(金)は運動会のため給食・おやつ[※]の提供はありません。10/9(金)はピクニックのためお弁当の日となります。
※都合により献立内容が変更する場合がありますので、予めご了承下さい。