

10月 おしょくじカレンダー 離乳食

吉川つばさ保育園

曜日	月	火	水	木	金	土
日		1	2	3	4	5
乳児		ミルク 菓子	ミルク バナナ	麦茶 ヨーグルト	ミルク 菓子	麦茶 ヨーグルト
昼食		<ul style="list-style-type: none"> ・粥または軟飯 ・ハンバーグ ・人参とブロッコリーのおかか煮 ・野菜スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・粥または軟飯 ・カレーの香味かけ ・茹でブロッコリー・カリフラワー ・きのこのスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・粥または軟飯 ・大根のそぼろあんかけ ・パスタと人参のトロミ煮 ・ほうれん草のすまし汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・粥または軟飯 ・麻婆大根 ・バナナ ・わかめスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・スープスパゲティー
おやつ		麦茶 茶粥または軟飯	ミルク お好みマカロニ	ミルク パンスティック	ミルク 蒸しパン	麦茶 パンスティック
日	7	8	9	10	11	12
乳児	ミルク コーンフレーク	ミルク 菓子	麦茶 ヨーグルト	ミルク バナナ	ミルク 菓子	麦茶 ヨーグルト
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・粥または軟飯 ・炒り豆腐 ・キャベツと人参の炒め煮 ・青梗菜の味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・粥または軟飯 ・ブロッコリーと鶏ひき肉の味噌煮 ・オレンジ ・わかめのスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・粥または軟飯 ・真珠蒸し ・南瓜の甘煮 ・麩のすまし汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・粥または軟飯 ・カレーと人参の煮つけ ・こふき芋 ・玉ねぎと豆腐の味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・粥または軟飯 ・ポークハヤシ風 ・人参甘煮 ・野菜スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏肉うどん ・オレンジ
おやつ	ミルク 温そうめん	麦茶 粥または軟飯	ミルク 菓子	ミルク 菓子	ミルク ヨーグルト	麦茶 おかか粥または軟飯
日	14	15	16	17	18	19
乳児	スポーツの日	ミルク コーンフレーク	ミルク 菓子	麦茶 ヨーグルト	ミルク 菓子	麦茶 ヨーグルト
昼食		<ul style="list-style-type: none"> ・粥または軟飯 ・ポークケチャップ(豚挽) ・ひじきの煮物 ・さつま芋の味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・粥または軟飯 ・ハンバーグ ・こふき芋、人参スティック ・茄子の味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・粥または軟飯 ・白身魚の青菜あんかけ ・人参のおかか煮 ・きのこのすまし汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・粥または軟飯 ・麻婆豆腐 ・きゅうりスティック ・とろろ昆布汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・にゅう麺 ・バナナ
おやつ		ミルク 茶粥または軟飯	ミルク 菓子	麦茶 味噌粥または軟飯	ミルク 蒸しパン	麦茶 パンスティック
日	21	22	23	24	25	26
乳児	ミルク コーンフレーク	麦茶 ヨーグルト	ミルク コーンフレーク	ミルク 菓子	ミルク バナナ	麦茶 ヨーグルト
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・粥または軟飯 ・塩肉じゃが ・ひきわり納豆 ・キャベツの味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・粥または軟飯 ・鶏つくね ・じゃが芋とブロッコリーの煮物 ・小松菜の味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・粥または軟飯 ・カレーの煮つけ ・さつま芋の甘煮 ・麩のすまし汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・粥または軟飯 ・チキンハヤシ風 ・バナナ ・野菜スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・粥または軟飯 ・スティックハンバーグ ・キャベツと人参の出汁煮 ・なめこの味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・スープスパゲティー
おやつ	ミルク 菓子	ミルク おかか粥または軟飯	ミルク 蒸しパン	ミルク ヨーグルト	ミルク 蒸かしさつま芋	麦茶 味噌粥または軟飯
日	28	29	28	29	ハロウィン🎃	
乳児	ミルク 菓子	麦茶 ヨーグルト	ミルク コーンフレーク	ミルク バナナ	<p>保育園での離乳食は、月齢によらず、ご家庭での食事の状況をお聞きしながら、ひとりひとりの「食べる力」にあわせて進めています。また、「自分で口に運んで食べる」その第一歩が手づかみ食です。噛むこともだんだん上手になるように、手づかみで食べられるものや歯がためになるものをご家庭でも取り入れてみましょう。</p>	
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・粥または軟飯 ・白身魚の煮つけ ・蒸かしさつま芋・南瓜 ・豆腐のすまし汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・粥または軟飯 ・鶏ひきと野菜の煮物 ・オレンジ ・大根の味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・粥または軟飯 ・ひき肉入りマッシュポテト ・人参の甘煮 ・わかめと麩のすまし汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・粥または軟飯 ・かぼちゃの鶏ひきあんかけ ・ひじき煮 ・オニオンスープ 		
おやつ	ミルク 味噌煮込みうどん	ミルク 蒸しパン	麦茶 茶粥または軟飯	ミルク 菓子🍌		

* 行事や材料の都合により、献立を変更することがありますので、ご了承ください。○は乳児のみ△は幼児のみのメニューです。