

令和4年10月分



離乳食献立表



枚方市立保育所

日付	完了期		中・後期		初期
	昼食	◎午前おやつ・午後おやつ	午前	午後	昼食
1(土)	チャンボン麺 大根の煮物	◎牛乳、野菜スティック 牛乳 ミニ動物ビスケット ぼたぼた焼き	かゆ 豚肉と大根の旨煮 みそ汁	めんのくたくた煮 りんご	10倍がゆ 野菜ののろろ煮 りんご
3(月)	ごはん ビビンバ風炒め物 わかめスープ 焼きのり	◎牛乳、紫芋チップ 牛乳 おこめのすなっく エースコイン、りんご	かゆ 野菜のそぼろ煮 豆腐のスープ	かゆ 煮魚 みそ汁 りんご	10倍がゆ 豆腐ののろろ煮 りんご
4(火)	栗ご飯 ほっけの塩焼き 煮豆 豚汁	◎牛乳、赤ちゃんせんべい 牛乳 梨のケーキ	かゆ 魚のみぞれ煮 豚汁	かゆ 炒り豆腐 すまし汁 りんご	10倍がゆ 魚ののろろ煮 りんご
5(水)	パーカーパン 鶏の照焼き ほうれん草のソテー 和風コーンスープ	◎牛乳、全粒粉クラッカー 牛乳 さつま芋のフリッター	かゆ 鶏肉のやわらか煮 コーンスープ	かゆ 魚の野菜あんかけ みそ汁 りんご	10倍がゆ 野菜ののろろ煮 りんご
6(木)	ごはん 焼き魚のごまだれ ヒジキの炒め煮 豆腐のみそ汁	◎牛乳、ふわふわチップにんじん味 牛乳 たべっ子動物バター味 元気カリボテミニ	かゆ 煮魚 みそ汁	かゆ 煮奴 すまし汁 りんご	10倍がゆ 魚ののろろ煮 りんご
7(金)	ごはん トマトシチュー キャベツのソテー	◎牛乳、元気あまからせん 牛乳 とうもろこしでつくったパフスナック塩味 ひじきスティック	かゆ トマトシチュー 野菜スープ	かゆ 魚の野菜あんかけ みそ汁 りんご	10倍がゆ 野菜ののろろ煮 りんご
8(土)	きつねうどん 白菜の煮浸し	◎牛乳、野菜スティック 牛乳 まあるいクラッカーミニ 元気薄焼きせんべい	かゆ ツナと白菜の煮物 みそ汁	うどんのくたくた煮 りんご	10倍がゆ 野菜ののろろ煮 りんご
11(火)	ごはん 鶏肉のりんごソース焼き キャベツのおかか炒め 豆腐のみそ汁	◎牛乳、赤ちゃんせんべい 牛乳 ふっくら桜エビせんべい サクサクかぼちゃポーロ、柿	かゆ 鶏肉と野菜のうま煮 みそ汁	かゆ 魚のみそ煮 すまし汁 りんご	10倍がゆ 豆腐ののろろ煮 りんご
12(水)	ごはん 魚のかば焼き 小松菜の煮浸し 麴のすまし汁	◎牛乳、全粒粉クラッカー 牛乳 みかん蒸しパン	かゆ 煮魚 麴のすまし汁	かゆ あんかけ豆腐 みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚ののろろ煮 りんご
13(木)	ごはん すき焼き風煮 じゃがいものみそ汁 じゃこのやわらか煮	◎牛乳、ふわふわチップにんじん味 牛乳、元気水族館のなかまたち 1歳からのサッポロポテト ハイチーズ	かゆ すき焼き風煮 みそ汁	かゆ 魚の野菜あんかけ すまし汁 りんご	10倍がゆ 豆腐ののろろ煮 りんご
14(金)	ごはん 鮭のムニエル 洋風切り干し大根 さつまいものクリームスープ	◎牛乳、元気あまからせん 牛乳 お好み焼き	かゆ 魚のケチャップ煮 さつまいものクリームスープ	かゆ ツナと野菜のうま煮 みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚ののろろ煮 りんご
15(土)	かやくうどん チャンプル	◎牛乳、野菜スティック 牛乳 たべっ子ベビーおやさい えびスナック	かゆ 肉豆腐 みそ汁	うどんのくたくた煮 りんご	10倍がゆ 野菜ののろろ煮 りんご
17(月)	ごはん ビビンバ風炒め物 わかめスープ 焼きのり	◎牛乳、紫芋チップ 牛乳 紫芋パン 柿	かゆ 野菜のそぼろ煮 豆腐のスープ	かゆ 煮魚 みそ汁 りんご	10倍がゆ 豆腐ののろろ煮 りんご

令和4年10月分



離乳食献立表



枚方市立保育所

日付	完了期		中・後期		初期
	昼食	◎牛乳、おやつ・午後おやつ	午前	午後	昼食
18(火)	紅葉ごはん ほっけの塩焼き 煮豆 豚汁	◎牛乳、赤ちゃんせんべい 牛乳 ポパイケーキ	かゆ 魚のみぞれ煮 豚汁	かゆ 炒り豆腐 すまし汁 りんご	10倍がゆ 魚ののり煮 りんご
19(水)	ごはん 鶏肉のやわらか煮 ほうれん草のソテー 豆腐のすまし汁	◎牛乳、全粒粉クラッカー 牛乳 麩のラスク バナナ	かゆ 鶏肉のやわらか煮 豆腐のすまし汁	かゆ 魚のみぞれ煮 みそ汁 バナナ	10倍がゆ 豆腐ののり煮 りんご
20(木)	ごはん 焼き魚のごまだれ ひじきの炒め煮 豆腐のみそ汁	◎牛乳、ふわふわチップにんじん味 牛乳 たべっこ動物バター味 元気カリーボテミニ	かゆ 煮魚 豆腐のみそ汁	かゆ 煮奴 すまし汁 りんご	10倍がゆ 魚ののり煮 りんご
21(金)	ごはん ポークビーンズ マカロニスープ	◎牛乳、元氣あまからせん アシドミルクプラス アンパンマンのひとくちビスケット KCさかなの学校	かゆ 豚肉のケチャップ煮 マカロニスープ	かゆ 煮魚 みそ汁 りんご	10倍がゆ 野菜ののり煮 りんご
22(土)	きつねうどん 白菜の煮浸し	◎牛乳、野菜スティック 牛乳 まあるいクラッカーミニ 元気薄焼きせんべい	かゆ ツナと白菜の煮物 みそ汁	うどんのくたくた煮 りんご	10倍がゆ 野菜ののり煮 りんご
24(月)	ごはん 八宝菜 和風春雨スープ	◎牛乳、紫芋チップ 牛乳 とうもろこしでつくったパフスナック塩味 ひじきスティック、柿	かゆ 八宝菜風 豆腐のスープ	かゆ 煮魚 みそ汁 りんご	10倍がゆ 豆腐ののり煮 りんご
25(火)	ごはん 里芋コロッケ 野菜ソテー ミネストローネスープ	◎牛乳、赤ちゃんせんべい 牛乳 蒸しパン	かゆ 魚の野菜あんかけ トマトのスープ	かゆ ツナじゃが みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚ののり煮 りんご
26(水)	ごはん 鰯の照焼き 小松菜の煮浸し 豆腐のみそ汁	◎牛乳、全粒粉クラッカー 牛乳 さつま芋とりんごの甘煮	かゆ 煮魚 豆腐のみそ汁	かゆ あんかけ豆腐 すまし汁 りんご	10倍がゆ 魚ののり煮 りんご
27(木)	ごはん すき焼き風煮 じゃがいものみそ汁 じゃこのやわらか煮	◎牛乳、ふわふわチップにんじん味 牛乳、元氣水族館のなかまたち 1歳からのサッポロポテト ハイチーズ	かゆ すき焼き風煮 みそ汁	かゆ 魚の野菜あんかけ すまし汁 りんご	10倍がゆ 豆腐ののり煮 りんご
28(金)	コッペパン 鮭のムニエル 洋風切り干し大根のやわらか煮 さつまいものクリームスープ	◎牛乳、元氣あまからせん 牛乳 五平餅（ごま入り）	かゆ 魚のケチャップ煮 さつまいものクリームスープ	かゆ ツナと野菜のうま煮 みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚ののり煮 りんご
29(土)	チャンポン麺 大根の煮物	◎牛乳、野菜スティック 牛乳 ミニ動物ビスケット ぼたぼた焼き	かゆ 豚肉と大根の旨煮 みそ汁	めんのかたくた煮 りんご	10倍がゆ 野菜ののり煮 りんご
31(月)	ごはん 肉じゃが 麩のみそ汁 焼きのり	◎牛乳、紫芋チップ 牛乳 南瓜ドーナツ	かゆ 肉じゃが みそ汁	かゆ 豆腐の野菜あんかけ かぼちゃスープ りんご	10倍がゆ 野菜ののり煮 りんご

※ 粉ミルクは別に用意しています ※材料の都合により、献立を変更することがあります

初 期 つぶしがゆを主として、野菜等はかたまりのない滑らかなトロトロ状

中 期 おかゆを主として、おかずは舌で楽につぶせるバタバタ状からあらつぶし

後 期 おかゆ又は軟らかめのご飯を主として、おかずは歯茎で楽につぶせる軟らかさ

完了期 軟らかめのご飯を主として、おかずは歯茎で噛める軟らかさ

午前・午後のおやつは、子どもの食べやすさに応じて調整します



<注意しましょう！>

はちみつは乳児ボツリヌス症予防のために*

満1歳までは使わないでください

乳児ボツリヌス症は、乳児の腸内細菌叢が

成人と異なるために起こる疾患です

