

# 離乳食献立予定表 10月

10月の指導計画・・・収穫の喜びを味わう。

月	火	水	木	金	土
<b>31</b> 白がゆ あんかけめん  米・鶏ミンチ・キャベツ 玉ねぎ・人参 ほうれん草・鶏ガラ  ハイハイ					<b>1</b> 野菜リゾット  米・人参・玉ねぎ トマト・南瓜 ほうれん草・しらす  パン
<b>3</b> しらすがゆ にゅうめん  米・しらす・そうめん 玉ねぎ・人参・小松菜 豆腐  マナ	<b>4</b> 白がゆ 鶏団子の あんかけ煮  米・鶏ミンチ・白菜 玉ねぎ・人参・豆腐 ひじき  かんきつゼリー	<b>5</b> 白がゆ 鮭の 大根おろし和え  米・鮭・大根・小松菜 玉ねぎ  梨	<b>6</b> 白がゆ けんちん汁  米・鶏ミンチ・里芋 人参・玉ねぎ・大根  豆乳クッキー	<b>7</b> ひじきがゆ さつまいと りんごの和えもの  米・ひじき・さつまい 玉ねぎ・人参  ビスコ	<b>8</b> 白がゆ 煮込みうどん  米・鶏ささみ・うどん 白菜・人参・玉ねぎ ほうれん草  パン
<b>10</b> スポーツの日  乳ポーロ	<b>11</b> 白がゆ 白身魚のトマト煮  米・白身魚・トマト 人参・ブロッコリー 玉ねぎ  乳ポーロ	<b>12</b> 白がゆ 高野豆腐の煮付  米・鶏ミンチ・高野豆腐 玉ねぎ・人参・里芋  ももゼリー	<b>13</b> 白がゆ 鶏団子のポトフ  米・鶏ミンチ・キャベツ じゃが芋・玉ねぎ・人参  ふわふわせんべい	<b>14</b> 白がゆ すき焼き風煮  米・鶏ささみ・白菜 焼豆腐・すきふ 玉ねぎ・人参  オレンジ	<b>15</b> 白がゆ あんかけうどん  米・鶏ミンチ・うどん 玉ねぎ・人参・小松菜  パン
<b>17</b> 鮭がゆ マカロニスープ  米・鮭・マカロニ 玉ねぎ・人参 ブロッコリー・パプリカ  ふかし芋	<b>18</b> 白がゆ ちゃんこうどん  米・うどん・鶏ミンチ 玉ねぎ・白菜・人参 ひじき  ぶどうゼリー	<b>19</b> 白がゆ 白身魚とほうれん草の 和えもの  米・白身魚・大根 ほうれん草・人参  パナナ	<b>20</b> 白がゆ 八宝菜風  米・鶏ささみ・白菜 玉ねぎ・人参 チンゲン菜・豆腐  コーンフレーク	<b>21</b> 白がゆ ツナとキャベツの 煮物  米・ツナ缶・キャベツ 人参・じゃが芋  紫芋せんべい	<b>22</b> 白がゆ トマトシチュー  米・鶏ミンチ・トマト 南瓜・玉ねぎ・人参 なす  パン
<b>24</b> 白がゆ なすの中華煮  米・鶏ミンチ・なす 玉ねぎ・人参・豆腐  コーンスナック	<b>25</b> 白がゆ 白身魚のムニエル  米・白身魚・玉ねぎ 人参・パプリカ・小松菜  麦ロールパン	<b>26</b> 白がゆ 南瓜の クリームシチュー  米・鶏ささみ・南瓜 玉ねぎ・人参・豆乳 ブロッコリー  フルーツサラダ	<b>27</b> 白がゆ 大豆とひじきの 煮物  米・大豆・ひじき 人参・里芋・大根  りんご	<b>28</b> さつまいがゆ 千切大根煮付  米・さつまい・人参 千切大根・高野豆腐 三度豆  アンパンマンせんべい	<b>29</b> 白がゆ しらすうどん  米・しらす・うどん 玉ねぎ・人参・小松菜  パン

☆献立は変更する事があります。