



★ なかよし給食センター10月離乳食献立表 ★



曜日	初期	中期	後期
1 金	・10倍粥 ・トマトと大根のペースト	・7倍粥 ・白身魚とレタスの煮物 ・スープ	・軟飯(アチビ)・スープ ・お魚の野菜あんかけ ・スティック人参
2 土	・10倍粥 ・ブロッコリーのペースト	・7倍粥 ・豆腐のしらすあんかけ ・ブロッコリーのくたくた煮	・軟飯(アチビ)・スープ ・麻婆豆腐 ・ブロッコリーのおひたし
3 日			
4 月	・10倍粥 ・玉ねぎと人参のペースト	・7倍粥 ・ささみと野菜の煮物 ・麩のスープ	・軟飯(アチビ)・スープ ・レバー入り肉団子の野菜あん ・麩と青菜のみそ汁
5 火	・10倍粥 ・人参とトマトのペースト	・7倍粥 ・白身魚と野菜のトマト煮 ・人参煮	・軟飯(アチビ)・スープ ・お魚と野菜のトマト煮 ・人参煮
6 水	・10倍粥 ・キャベツと人参のペースト	・7倍粥 ・ささみと野菜の煮物 ・スープ	・軟飯(アチビ)・みそ汁 ・野菜炒め煮 ・コロコロサツマイモ
7 木	・10倍粥 ・ブロッコリーと人参のペースト	・7倍粥 ・コーンスープ ・白身魚の煮物 ・人参とブロッコリーの煮物	・軟飯(アチビ)・スープ ・魚のみそ煮 ・コーンスープ ・人参とブロッコリーの煮物
8 金	・10倍粥 ・白菜と人参のペースト	・7倍粥 ・ささみと野菜のシチュー ・コロコロサツマイモ	・軟飯(アチビ)・みそ汁 ・ささみと野菜のシチュー ・コロコロサツマイモ
9 土	・10倍粥 ・ブロッコリーと人参のペースト	・7倍粥 ・白身魚とブロッコリーの煮物 ・野菜スープ	・軟飯(アチビ)・みそ汁 ・お魚とブロッコリーの煮物 ・キャベツ煮
10 日			
11 月	・10倍粥 ・かぼちゃのペースト	・7倍粥 ・ささみとかぼちゃのミルク煮 ・野菜スープ	・軟飯(アチビ)・野菜スープ ・レバーとかぼちゃの煮物 ・ブロッコリーのおひたし
12 火	・10倍粥 ・人参とキャベツのペースト	・芋入り7倍粥 ・豆腐と野菜の煮物 ・スープ	・芋入り軟飯(アチビ)・スープ ・豆腐と鶏ひき肉の煮物 ・青菜のおひたし・みそ汁
13 水	・10倍粥 ・トマトと青菜のペースト	・野菜とささみのそーめん ・キャベツ煮 ・スープ	・野菜と麩のそーめん ・キャベツ煮 ・みそ汁
14 木	・10倍粥 ・かぼちゃと豆腐のペースト	・7倍粥 ・豆腐と白身魚の煮物 ・キャベツと人参の煮物	・軟飯(アチビ)・スープ ・豆腐と魚のみそ煮 ・キャベツと人参の煮物
15 金	・10倍粥 ・キャベツとトマトのペースト	・7倍粥 ・ささみ入りトマトスープ ・かぼちゃの煮つぶし	・軟飯(アチビ)・みそ汁 ・ささみ入りトマトスープ ・かぼちゃソテー

曜日	初期	中期	後期
16 土	・10倍粥 ・青菜と玉ねぎのペースト	・7倍粥・麩のスープ ・豆腐のそぼろ煮 ・青菜のやわらか煮	・軟飯(アチビ)・青菜の煮びたし ・豆腐のそぼろ煮 ・麩とわかめのみそ汁
17 日			
18 月	・10倍粥 ・人参とブロッコリーのペースト	・7倍粥 ・ささみとブロッコリーの煮物 ・野菜スープ	・軟飯(アチビ)・みそ汁 ・ささみとブロッコリーの煮物 ・キャベツ煮
19 火	・10倍粥 ・かぼちゃのペースト	・7倍粥・キャベツスープ ・白身魚と大根の煮物 ・かぼちゃのマッシュ	・軟飯(アチビ)・魚の味噌煮 ・かぼちゃと大根の煮物 ・キャベツスープ
20 水	・10倍粥 ・人参と玉ねぎのペースト	・7倍粥 ・豆腐のトマト煮 ・野菜スープ	・軟飯(アチビ)・みそ汁 ・豆腐のトマト煮 ・スティック人参
21 木	・10倍粥 ・人参のペースト	・7倍粥 ・ささみと野菜の煮物 ・キャベツ煮・大根スープ	・軟飯(アチビ)・みそ汁 ・ささみと野菜の煮物 ・キャベツ煮・大根スープ
22 金	・10倍粥 ・かぼちゃのペースト	・7倍粥 ・コーンスープ ・白身魚と青菜の煮物 ・茹でかぼちゃの煮物	・軟飯(アチビ)・みそ汁 ・ささみと野菜の煮物 ・コーンスープ ・茹でかぼちゃの煮物
23 土	・10倍粥 ・ブロッコリーと人参のペースト	・ささみと野菜のおじや ・豆腐とブロッコリーの煮物	・ささみと野菜のおじや ・豆腐とブロッコリーの煮物
24 日			
25 月	・10倍粥 ・ブロッコリーのペースト	・7倍粥 ・白身魚とブロッコリーの煮物 ・野菜スープ	・軟飯(アチビ)・みそ汁 ・お魚とブロッコリーの煮物 ・キャベツ煮
26 火	・10倍粥 ・キャベツと人参のペースト	・7倍粥 ・ささみと野菜の煮物 ・スープ	・軟飯(アチビ)・みそ汁 ・野菜炒め煮 ・コロコロサツマイモ
27 水	・10倍粥 ・人参とトマトのペースト	・7倍粥 ・白身魚と野菜のトマト煮 ・人参煮	・軟飯(アチビ)・みそ汁 ・お魚と野菜のトマト煮 ・人参煮
28 木	・10倍粥 ・かぼちゃのペースト	・7倍粥 ・ささみとかぼちゃのミルク煮 ・野菜スープ	・軟飯(アチビ)・野菜スープ ・レバーとかぼちゃの煮物 ・ブロッコリーのおひたし
29 金	・10倍粥 ・人参とキャベツのペースト	・しらす入り7倍粥 ・豆腐と玉ねぎの煮物 ・スープ	・軟飯(アチビ)・みそ汁 ・豆腐と豚肉の煮物 ・青菜のおひたし
30 土	・10倍粥 ・青菜と玉ねぎのペースト	・7倍粥 ・麩のスープ ・豆腐のそぼろ煮 ・青菜のやわらか煮	・軟飯(アチビ)・みそ汁 ・豆腐のそぼろ煮 ・青菜の煮びたし
31 日			

※天候または仕入れ事情等により、食材またはメニューが変更することがあります。予めご了承願います。