

中期

後期

2025年10月 離乳食献立表

栄養士 水田清美
立案者 水田清美

		1週目		2週目		3週目		4週目		5週目	
月				6	おかゆ 鶏肉の煮物 鶏肉 玉葱 人参 いんげん すまし汁 玉葱 人参	13	お休み	20	おかゆ 鶏肉の煮物 鶏肉 玉葱 人参 いんげん すまし汁 玉葱 人参	27	おかゆ 鶏肉の煮物 鶏肉 玉葱 人参 いんげん すまし汁 玉葱 人参
火				7	おかゆ カレイの煮物 かれい 玉葱 人参 いんげん 味噌汁 人参 ほうれん草	14	おかゆ 鶏肉の煮物 鶏肉 玉葱 人参 いんげん すまし汁 玉葱 人参	21	おかゆ カレイの煮物 かれい 玉葱 人参 いんげん 味噌汁 小松菜 玉葱	28	おかゆ 鶏団子 ミンチ 玉葱 人参 ブロッコリー 味噌汁 キャベツ 玉葱
水	1	おかゆ 鶏団子 味噌汁 南瓜 玉葱	ミンチ 玉葱 人参 ブロッコリー	8	おかゆ ハンバーグ ミンチ 玉葱 ブロッコリー すまし汁 玉葱 人参	15	おかゆ 鶏団子 ミンチ 玉葱 人参 ブロッコリー 味噌汁 大根 人参	22	おかゆ ハンバーグ ミンチ 玉葱 ブロッコリー すまし汁 大根 人参	29	おかゆ カレイの煮物 かれい 玉葱 人参 いんげん すまし汁 玉葱 人参
木	2	おかゆ かれいの煮物 すまし汁 じゃが芋 人参	かれい 玉葱 人参 いんげん じゃが芋 人参	9	おかゆ カレイの煮物 味噌汁 豆腐 ほうれん草	16	おかゆ カレイの煮物 すまし汁 じゃが芋 ほうれん草	23	おかゆ 鶏団子 味噌汁 じゃが芋 玉葱	30	おかゆ ハンバーグ 味噌汁 豆腐 大根
金	3	おかゆ ハンバーグ 味噌汁 キャベツ 人参	ミンチ 玉葱 ブロッコリー キャベツ 人参	10	おかゆ 鶏団子 すまし汁 人参 玉葱	17	おかゆ ハンバーグ 味噌汁 玉葱 人参	24	おかゆ カレイの煮物 すまし汁 キャベツ 大根	31	おかゆ カレイの煮物 すまし汁 キャベツ ほうれん草
土	4	野菜粥 タンパク質 1種類 野菜 4種類 炭水化物 2種類		11	野菜粥 タンパク質 1種類 野菜 4種類 炭水化物 2種類	18	野菜粥 タンパク質 1種類 野菜 4種類 炭水化物 2種類	25	お弁当の日		