

10月献立表 離乳食・初期（1～2回食） 野のはな空のとり保育園

日	曜	午 前 食		午 後 食	
		献 立	材 料	献 立	材 料
2 16 30	月	つぶし粥 鶏ささみペースト じゃが芋ペースト ほうれん草ペースト	米 片栗粉 鶏ささみ じゃが芋 ほうれん草	1回食 ミルク 2回食 つぶし粥 しらすペースト 人参ペースト	粉ミルク 米 片栗粉 しらす干し 人参
3 17 31	火	つぶし粥 カレイペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト	米 片栗粉 カレイ 人参 玉ねぎ	1回食 ミルク 2回食 つぶし粥 豆腐ペースト コーンペースト	粉ミルク 米 片栗粉 豆腐 クリームコーン
4 18	水	つぶし粥 しらすペースト かぶペースト じゃが芋ペースト	米 片栗粉 しらす干し かぶ じゃが芋	1回食 ミルク 2回食 つぶし粥 鶏ささみペースト さつま芋ペースト	粉ミルク 米 片栗粉 鶏ささみ さつま芋
5 19	木	つぶし粥 カレイペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト	米 片栗粉 カレイ 人参 玉ねぎ	1回食 ミルク 2回食 つぶし粥 豆腐ペースト じゃが芋ペースト	粉ミルク 米 片栗粉 豆腐 じゃが芋
6 20	金	パン粥 鶏ささみペースト コーンペースト じゃが芋ペースト	食パン 片栗粉 鶏ささみ クリームコーン じゃが芋	1回食 ミルク 2回食 つぶし粥 しらすペースト 人参ペースト	粉ミルク 米 片栗粉 しらす干し 人参
7 21	土	つぶし粥 鶏ささみペースト じゃが芋ペースト 人参ペースト	米 片栗粉 鶏ささみ じゃが芋 人参	1回食 ミルク 2回食 つぶし粥 豆腐ペースト 玉ねぎペースト	粉ミルク 米 片栗粉 豆腐 玉ねぎ
23	月	つぶし粥 カレイペースト 大根ペースト 人参ペースト	米 片栗粉 カレイ 大根 人参	1回食 ミルク 2回食 つぶし粥 鶏ささみペースト じゃが芋ペースト	粉ミルク 米 片栗粉 鶏ささみ じゃが芋
10 24	火	つぶし粥 しらすペースト ほうれん草ペースト 玉ねぎペースト	米 片栗粉 しらす干し ほうれん草 玉ねぎ	1回食 ミルク 2回食 つぶし粥 豆腐ペースト 人参ペースト	粉ミルク 米 片栗粉 豆腐 人参
11 25	水	つぶし粥 鶏ささみペースト かぼちゃペースト 人参ペースト	米 片栗粉 鶏ささみ かぼちゃ 人参	1回食 ミルク 2回食 つぶし粥 カレイペースト じゃが芋ペースト	粉ミルク 米 片栗粉 カレイ じゃが芋
12 26	木	つぶし粥 豆腐ペースト さつま芋ペースト 玉ねぎペースト	米 片栗粉 豆腐 さつま芋 玉ねぎ	1回食 ミルク 2回食 つぶし粥 しらすペースト 人参ペースト	粉ミルク 米 片栗粉 しらす干し 人参
13 27	金	パン粥 カレイペースト 人参ペースト キャベツペースト	食パン 片栗粉 カレイ 人参 キャベツ	1回食 ミルク 2回食 つぶし粥 鶏ささみペースト じゃが芋ペースト	粉ミルク 米 片栗粉 鶏ささみ じゃが芋
14 28	土	つぶし粥 しらすペースト ほうれん草ペースト じゃが芋ペースト	米 片栗粉 しらす干し ほうれん草 じゃが芋	1回食 ミルク 2回食 つぶし粥 豆腐ペースト 人参ペースト	粉ミルク 米 片栗粉 豆腐 人参

※ 食事にはスープが付きます（昆布・野菜）

※食材の都合により献立が変更する場合がございます。ご了承ください。

※初めて食べる食材がありましたら、事前にお家で2回以上試してください。