

10月離乳食献立予定表

《今月の目標》

食材に興味を持って食べましょう



	1日 (火)	2日 (水)	3日 (木)	4日 (金)	5日 (土)
	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 野菜のやわらか煮 きゃべつのスープ 手作りゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん さつまいもと鶏肉のあんかけ 人参とわかめ入り卵スープ フルーチェ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 白身魚と人参のひじき入りあんかけ 豆腐と小松菜のみそ汁 バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん さつまいもと玉ねぎの鶏そぼろ煮 豆腐とほうれん草のスープ 手作りゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 具だくさんうどん バナナ
7日 (月)	8日 (火)	9日 (水)	10日 (木)	11日 (金)	12日 (土)
<ul style="list-style-type: none"> ごはん じゃが芋と野菜のカラフル煮 野菜スープ 手作りプリン 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん ブロッコリーと野菜のツナ入りあんかけ 玉ねぎとじゃが芋のスープ 手作りゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん スパゲティと野菜の鶏そぼろ煮 豆腐とねぎのスープ バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん ブロッコリーとじゃが芋のやわらか煮 野菜スープ フルーチェ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鮭と野菜のカラフル煮 玉ねぎとほうれん草のみそ汁 ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 根菜入りうどん バナナ
14日 (月)	15日 (火)	16日 (水)	17日 (木)	18日 (金)	19日 (土)
	<ul style="list-style-type: none"> ごはん なすと野菜のみそ煮 きゃべつとねぎのみそ汁 オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん さつまいもと野菜のやわらか煮 豆腐とねぎのスープ 手作りプリン 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 白身魚と野菜のカラフルあんかけ 豆腐とねぎのみそ汁 バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏ササミ肉と野菜のあんかけ 人参と玉ねぎのスープ 手作りゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 五目うどん バナナ
21日 (月)	22日 (火)	23日 (水)	24日 (木)	25日 (金)	26日 (土)
<ul style="list-style-type: none"> ごはん 野菜のそぼろ煮 野菜スープ バナナヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 大根と野菜のツナ入りあんかけ わかめと豆腐のみそ汁 オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 白身魚と野菜のやわらか煮 野菜スープ プルプルバナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん ブロッコリーと野菜のあんかけ 人参と玉ねぎのスープ 手作りゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 白身魚と野菜のカラフル煮 大根と小松菜のみそ汁 バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん わかめ入りうどん バナナ
28日 (月)	29日 (火)	30日 (水)	31日 (木)		
<ul style="list-style-type: none"> ごはん 肉じゃが 豆腐とわかめのみそ汁 バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豆腐と野菜のあんかけ 人参と玉ねぎのスープ 牛乳プリン 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鮭と野菜の鶏そぼろ煮 じゃが芋と豆腐のみそ汁 バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏ササミ肉と野菜のからふるあんかけ かぼちゃと人参のスープ 手作りゼリー 		