

平成 29年度 10月 離乳食献立表 (その1)

保育課

日	A(初期) 6か月	B(中期) 7~8か月	C(後期) 9~11か月	D(完了期) 12~18か月
2・月	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
	昼食 つぶし粥 豆腐のだし煮 (豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(じゃがいも・にんじん・ピーマン・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 豆腐と野菜の煮物(豆腐・にんじん・キャベツ・ピーマン・煮汁・でんぷん) 野菜の汁もの (じゃがいも・チンゲン菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 生あげとキャベツのみそ炒め (調味料1/3量、生あげ豆腐部分又は豆腐) じゃがいもとチンゲン菜のスープ (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 生あげとキャベツのみそ炒め (調味料半量、生あげの豆腐部分又は豆腐) じゃがいもとチンゲン菜のスープ (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク 野菜粥(米・小松菜) 	育児用ミルク 骨太ごはんのかた粥(調味料1/3量、桜えび・じゃこ粉末)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 骨太ごはんの軟飯 (調味料半量)
3・火	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
	昼食 つぶし粥 魚のヨーグルトかけ (白身魚・ヨーグルト・煮汁) 煮野菜(にんじん・ピーマン・キャベツ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 鶏肉のヨーグルトかけ (鶏ささみ肉・ヨーグルト・煮汁) 煮野菜 (キャベツ・たまねぎ・ピーマン・でんぷん) 野菜の汁もの (小松菜・にんじん・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鶏肉のケチャップ炒め (調味料1/3量、ケチャップ極少量、ソース除く) あおなともやしのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 鶏肉のケチャップ煮 (調味料半量、ケチャップ・ソース極少量) あおなともやしのみそ汁 (だし汁で2倍に薄める、もやし細かく刻む)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク ポテト粥(じゃがいも・青のり粉)	育児用ミルク 青のりポテト(調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 青のりポテト(調味料半量)
4・水	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
	昼食 つぶし粥 煮魚 (白身魚・煮汁・でんぷん) 煮野菜(きゃべつ・小松菜・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 煮物(鮭・煮汁・でんぷん) 煮野菜(里いも・水・でんぷん) 野菜の汁もの (キャベツ・小松菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 魚の塩焼き(調味料1/3量) 里いもの含め煮(調味料1/3量) キャベツと小松菜のみそ汁 (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 魚の塩焼き(調味料半量) 里いもの含め煮(調味料半量) キャベツと小松菜のみそ汁 (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク マカロニのきな粉和え(マカロニ・きな粉)	育児用ミルク マカロニあべかわ(調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 マカロニあべかわ(調味料半量)
5・木	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
	昼食 つぶし粥 豆腐のだし煮 (豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (かぼちゃ・たまねぎ・キャベツ・煮汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 豆腐の出し煮 (豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(かぼちゃ・たまねぎ・キャベツ・煮汁・でんぷん) わかめの汁もの(わかめ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 コロッケ (調味料1/3) ゆで野菜 (調味料1/3量) 豆腐とわかめのすまし汁 (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 コロッケ (調味料半量) ゆで野菜 (調味料半量) 豆腐とわかめのすまし汁 (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク のり粥 (米・のり)	育児用ミルク とりそぼろごはんのかた粥 (調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 とりそぼろごはんの軟飯 (調味料半量)
6・金	朝おやつ 育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 凍り豆腐のだし煮 (凍り豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(さつまいも・だいこん・小松菜・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ ひじきの煮物(ひじき・にんじん・凍り豆腐・だし汁・でんぷん) 野菜の汁もの (さつまいも・だいこん・小松菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 五目ひじき(調味料1/3、しらたき除く、大豆薄皮除き刻む) さつま汁 (だし汁で3倍に薄める、ごぼう除く)	軟飯 五目ひじき (調味料半量、しらたき細かく刻む、大豆薄皮除き刻む) さつま汁 (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク パンかゆ (パン・育児用ミルク) 	育児用ミルク チーズトースト煮 (調味料1/3量、マヨネーズ極少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 チーズトースト (調味料半量、マヨネーズ極少量)
7・土	朝おやつ 育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 煮魚 (白身魚・煮汁・でんぷん) 煮野菜 (にんじん・たまねぎ・小松菜・葉先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 煮魚 (白身魚・にんじん・たまねぎ・煮汁・でんぷん) 野菜の汁もの (小松菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 じゃがいもとこんにやくのそぼろ煮 (調味料1/3量、グリーンピース薄皮除く、こんにやく除く) あおなとえのきのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める、えのき細かく刻んで少量)	軟飯 じゃがいもとこんにやくのそぼろ煮 (調味料半量、グリーンピース薄皮除く、こんにやく除く) あおなとえのきのみそ汁 (だし汁で2倍に薄める、えのき細かく刻んで少量)
10・火	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は乳飲料
	昼食 つぶし粥 麩のだし煮 (麩・だし汁・でんぷん) 煮野菜(なす、にんじん、キャベツ・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 麩と野菜の煮物(麩・なす・にんじん・キャベツ・だし汁・でんぷん) 野菜の汁もの (小松菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 豚肉とナスのみそ炒め (調味料1/3量、にんにく風味程度) 麩とえのきのすまし汁 (だし汁で3倍に薄める、えのき細かく刻んで少量) ちりめんふりかけ (ちりめんじゃこ粉末)	軟飯 豚肉とナスのみそ炒め (調味料半量、にんにく風味程度) 麩とえのきのすまし汁 (だし汁で2倍に薄める、えのき細かく刻んで少量) ちりめんふりかけ
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク スパゲティ煮(スパゲティ・にんじん・たまねぎ・だし汁・でんぷん)	育児用ミルク スパゲティナポリタン(調味料1/3量、ハム少量、ケチャップ極少量)	育児用ミルク又は乳飲料又は麦茶 スパゲティナポリタン(調味料半量、ハム少量、ケチャップ極少量)

11 ・ 水	朝食	育児用ミルク・ヨーグルト つぶし粥 豆腐のだし煮 (豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (キャベツ・きゅうり・煮汁・でんぷん) 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト おかゆ 煮魚 (かつお・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (キャベツ・きゅうり・煮汁・でんぷん) 豆腐の汁もの(豆腐・だし汁) 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト かた粥 魚の角煮(調味料1/3量、生姜風味程度、とろみつけ) キャベツときゅうりのごま和え(調味料1/3量、ゴマよくする) なめこ汁(だし汁で3倍に薄める、なめこ細かく刻んで少量)	育児用ミルク・ヨーグルト 軟飯 魚の角煮(調味料半量、生姜風味程度、とろみつけ) キャベツときゅうりのごま和え(調味料半量、ゴマよくする) なめこ汁(だし汁で2倍に薄める、なめこ細かく刻んで少量)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 野菜粥(米・にんじん) 	育児用ミルク 二色ごはんのかた粥(調味料1/3量)	育児用ミルク又は乳飲料又は麦茶 二色ごはんの軟飯(調味料半量)
12 ・ 木	朝食	育児用ミルク つぶし粥 魚のヨーグルトかけ(白身魚・ヨーグルト・煮汁少々) 煮野菜(キャベツ・小松菜・にんじん・だし汁) 育児用ミルク	育児用ミルク おかゆ 鶏肉のヨーグルトかけ(鶏ささみ肉・ヨーグルト・煮汁少々) 煮野菜(キャベツ・煮汁・でんぷん) 野菜の汁もの(小松菜・にんじん・だし汁) 育児用ミルク	育児用ミルク かた粥 鶏肉の香草パン粉焼き(調味料1/3量、にんにく風味程度) ゆで野菜 あおなともやしのスープ(だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	育児用ミルク又は牛乳 軟飯 鶏肉の香草パン粉焼き(調味料半量、にんにく風味程度) ゆで野菜 あおなともやしのスープ(だし汁で2倍に薄める、もやし細かく刻む)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク パン粥(パン・育児用ミルク)	育児用ミルク 小豆サンド(調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 小豆サンド(調味料半量)
13 ・ 金	朝食	育児用ミルク つぶし粥 煮魚 (白身魚・煮汁・でんぷん) 煮野菜 (にんじん・キャベツ・チンゲン菜・先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	育児用ミルク おかゆ 鶏肉と野菜の煮物(鶏ささみ肉・にんじん・キャベツ・チンゲン菜・煮汁・でんぷん) わかめの汁もの(わかめ・にんじん・たまねぎ・だし汁) 育児用ミルク	育児用ミルク かた粥 八宝菜(調味料1/3量、もやし細かく刻む、たけのこ・なると除く) かきたま汁(だし汁で3倍に薄める)	育児用ミルク又は牛乳 軟飯 八宝菜(調味料半量、もやし細かく刻む) かきたま汁(だし汁で2倍に薄める) 
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク ポテト粥(じゃがいも・育児用ミルク)	育児用ミルク ベイクドポテト(調味料1/3量、煮返す)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ベイクドポテト(調味料半量)
14 ・ 土	朝食	育児用ミルク つぶし粥 凍り豆腐のだし煮(凍り豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(じゃがいも・小松菜・先・にんじん・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	育児用ミルク おかゆ 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐・たまねぎ・にんじん・だし汁・でんぷん) 野菜の汁もの(じゃがいも・小松菜・だし汁) 育児用ミルク	育児用ミルク かた粥 豚肉としらたきの炒め物(調味料1/3量、しらたき除く) じゃがいもと小松菜の汁もの(だし汁で3倍に薄める)	育児用ミルク又は牛乳 軟飯 豚肉としらたきの炒め物(調味料半量、しらたき細かく刻む) じゃがいもと小松菜の汁もの(だし汁で2倍に薄める)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク ツナ粥(米・ツナ缶)	育児用ミルク ツナそぼろご飯の軟飯(調味料1/3量)	育児用ミルク ツナそぼろごはんの軟飯(調味料半量)
16 ・ 月	朝食	育児用ミルク・ヨーグルト つぶし粥 豆腐のだし煮 (豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(じゃがいも・にんじん・小松菜・でんぷん) 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト おかゆ 豆腐と野菜の煮物(豆腐・にんじん・たまねぎ・じゃがいも・煮汁・でんぷん) 野菜の汁もの(小松菜・だし汁) 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト かた粥 じゃがいもと豚肉のケチャップ煮(調味料1/3量、ケチャップ極少量、グリーンピース薄皮除く) 豆腐と小松菜のすまし汁(だし汁で3倍に薄める)	育児用ミルク・ヨーグルト 軟飯 じゃがいもと豚肉のケチャップ煮(調味料半量、ケチャップ極少量、グリーンピース薄皮除く) 豆腐と小松菜のすまし汁(だし汁で2倍に薄める)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク ツナ粥(米・ツナ缶)	育児用ミルク ツナそぼろご飯の軟飯(調味料1/3量)	育児用ミルク・乳飲料 ツナそぼろごはんの軟飯(調味料半量)
17 ・ 火	朝食	育児用ミルク つぶし粥 魚のミルク煮(白身魚・育児用ミルク・でんぷん) 煮野菜(じゃがいも・小松菜・にんじん・でんぷん) 育児用ミルク	育児用ミルク おかゆ 鶏肉と野菜のミルク煮(鶏ささみ肉・たまねぎ・にんじん・育児用ミルク・でんぷん) 野菜の汁もの(キャベツ・にんじん・だし汁) 育児用ミルク	育児用ミルク かた粥 マカロニグラタン(調味料1/3量、エリンギ細かく刻んで少量) キャベツともやしのスープ(だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	育児用ミルク又は牛乳 軟飯 マカロニグラタン(調味料半量、エリンギ細かく刻んで少量) キャベツともやしのスープ(だし汁で2倍に薄める、もやし細かく刻む)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク スイートポテト粥(さつまいも・りんご) 	育児用ミルク さつまいもとりんごの重ね煮(調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳 さつまいもとりんごの重ね煮(調味料半量)
18 ・ 水	朝食	育児用ミルク つぶし粥 煮魚(白身魚・青のり粉・煮汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・にんじん・小松菜・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト おかゆ 煮魚(かじき・青のり粉・煮汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・にんじん・でんぷん) 野菜の汁もの(じゃがいも・小松菜・だし汁) 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト かた粥 魚のピカタ(調味料1/3量、ケチャップ極少量) コールスロー(調味料1/3量、ゴマよくする) じゃがいもと小松菜のみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	育児用ミルク・ヨーグルト 軟飯 魚のピカタ(調味料半量、ケチャップ極少量) コールスロー(調味料半量、ゴマよくする) じゃがいもと小松菜のみそ汁(だし汁で2倍に薄める)
	おやつ	育児用ミルク 	育児用ミルク 煮うどん(乾麺・にんじん・だし汁)	育児用ミルク しょうゆラーメン(調味料1/3量、もやし細かく刻む、ホールコーン除く、中華麺→乾麺、にんにく・生姜風味程度)	育児用ミルク又は乳飲料又は麦茶 しょうゆラーメン(調味料半量、もやし細かく刻む、ホールコーン細かく刻む又は除く、にんにく・生姜風味程度)

平成 29年度10月 離乳食献立表 (NO2)

保育課

日	A(初期) 6か月	B(中期) 7~8か月	C(後期) 9~11か月	D(完了期) 12~18か月
19 ・ 木	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(にんじん・かぶ・小松菜・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	お粥 鶏肉と野菜の煮物 (鶏ささみ肉・にんじん・たまねぎ・じゃがいも・煮汁・でんぷん) 野菜の汁もの(かぶ・小松菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鶏肉とじゃがいもの揚げ煮 (調味料1/3量、グリーンピース薄皮除く) かぶとあおなのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 豚肉とじゃがいもの揚げ煮 (調味料半量、グリーンピース薄皮除く) かぶとあおなの汁もの (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク パン粥 (パン・育児用ミルク)	育児用ミルク ミートサンド (調味料1/3量、ケチャップ極少量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ミートサンド (調味料半量、ケチャップ極少量)
20 ・ 金	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 豆腐のだし煮 (豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (かぼちゃ・キャベツ・だいこん・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 (豆腐・かぼちゃ・たまねぎ・煮汁・でんぷん) 野菜の汁もの (キャベツ・だいこん・だし汁) 育児用ミルク 野菜粥 (米・たまねぎ・ピーマン・トマト缶)	かた粥 かぼちゃのそぼろ煮 (調味料1/3量、生あげ豆腐部分、グリーンピース薄皮除く) キャベツとだいこんのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める) ふりかけ(ゴマ・桜えびよくする)	軟飯 かぼちゃのそぼろ煮 (調味料半量、生あげ豆腐部分、グリーンピース薄皮除く) キャベツとだいこんの味噌汁 (だし汁で2倍に薄める) ふりかけ(ゴマよくする)
21 ・ 土	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 凍り豆腐のだし煮(凍り豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(かぶ・小松菜葉先・にんじん・煮汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 凍り豆腐のだし煮 (凍り豆腐・だし汁・でんぷん) 野菜の汁もの (かぶ・小松菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 みそ肉じゃが (調味料1/3量、グリーンピース薄皮除く) じゃがいもとキャベツのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 みそ肉じゃが (調味料半量、グリーンピース薄皮除く) じゃがいもとキャベツのみそ汁 (調味料半量)
23 ・ 月	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 煮魚 (白身魚・煮汁・でんぷん) 煮野菜 (小松菜葉先・にんじん・キャベツ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 (鶏ささみ肉・にんじん・小松菜煮汁・でんぷん) 煮野菜 (じゃがいも・キャベツ・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	かた粥 豚肉とビーフンの炒め物 (調味料1/3量、もやし細かく刻む、生姜風味程度) じゃがいもキャベツのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 豚肉とビーフンの炒め物 (調味料半量、もやし細かく刻む、生姜風味程度) じゃがいもとキャベツのみそ汁 (調味料半量)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク ひじき粥 (米・ひじき・にんじん)	育児用ミルク ひじきライスのかた粥 (調味料半量、グリーンピース薄皮除く、ホールコーン除く)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ひじきライスの軟飯 (調味料半量、グリーンピース薄皮除く、ホールコーン細かく刻む)
24 ・ 火	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 凍り豆腐のだし煮(凍り豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(にんじん・たまねぎ・小松菜葉先・煮汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 凍り豆腐のだし煮 (凍り豆腐・にんじん・さといも・でんぷん) 野菜の汁もの (小松菜・たまねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 いりどり(調味料1/3量、こんにゃく・ごぼう・ちくわ除く) あおなとたまねぎのみそ汁 (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 いりどり(調味料半量、こんにゃく除く、ちくわ細かく刻んで少量) あおなとたまねぎのみそ汁 (だし汁で2倍に薄める)
25 ・ 水	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 豆腐のだし煮 (豆腐・だし汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・かぶ・青梗菜葉先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 豆腐のだし煮(豆腐・だし汁・でんぷん) ゆで野菜 (キャベツ・きゅうり・煮汁・でんぷん) 野菜の汁もの(かぶ・チンゲン菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 豚ニラつくねの甘酢あんかけ (調味料1/3量、ゴマ除く) ゆで野菜(調味料1/3量) かぶとチンゲン菜のスープ (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 豚ニラつくねの甘酢あんかけ (調味料半量、ゴマ除く) ゆで野菜(調味料半量) かぶとチンゲン菜のスープ (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク ポテト粥 (じゃがいも・育児用ミルク)	育児用ミルク ジャーマンポテトカレー (調味料1/3量、ベーコン少量・カレー粉除く)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ジャーマンポテトカレー (調味料半量、ベーコン少量・カレー粉風味程度)
26 ・ 木	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食 つぶし粥 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・かぼちゃ・小松菜・煮汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 煮魚(白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜(キャベツ・煮汁・でんぷん) 野菜の汁もの(かぼちゃ・小松菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 さんまのかば焼 (調味料1/3量、煮返す) 湯通しキャベツ(調味料1/3量) かぼちゃと小松菜のみそ汁 (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 さんまのかば焼(調味料半量) 湯通しキャベツ(調味料半量) かぼちゃと小松菜のみそ汁 (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク 野菜粥 (米・ピーマン)	育児用ミルク 五目サーピラフのかた粥 (調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 五目サーピラフの軟飯 (調味料半量)

27 ・ 金	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 煮魚 (白身魚・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (にんじん・だいこん・たまねぎ・煮汁・だし汁) 育児用ミルク	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 (鶏ささみ肉・にんじん・たまねぎ・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (だいこん・きゅうり・煮汁・でんぷん) 育児用ミルク	かた粥 ポークビーンズ (調味料1/3量) だいこんと柿のサラダ (調味料1/3量、ホールコーン除く)	軟飯 ポークビーンズ (調味料半量、大豆薄皮除き刻む、ソース・ケチャップ極少量) 大根と柿のサラダ (調味料半量、ホールコーン細かく刻む)
	おやつ	 育児用ミルク	育児用ミルク 煮うどん (乾麺・ほうれん草・だし汁)	育児用ミルク かしわうどん (だし汁で3倍に薄める)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 かしわうどん (だし汁で2倍に薄める)
28 ・ 土	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 煮魚 (白身魚・青のり粉・煮汁・でんぷん) 煮野菜 (にんじん・たまねぎ・チンゲン菜葉先・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 煮魚 (白身魚・青のり粉・煮汁・でんぷん) 野菜の汁もの (チンゲン菜・たまねぎ・にんじん・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 豚肉のケチャップ煮 (調味料1/3量、ケチャップ極少量) 粉ふきいも (調味料1/3量) チンゲン菜のスープ (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 鶏肉のケチャップ煮 (調味料半量、ケチャップ極少量) 粉ふきいも (調味料半量) チンゲン菜のスープ (だし汁で3倍に薄める)
30 ・ 月	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 豆腐のだし煮 (米・だし汁・でんぷん) 煮野菜 (にんじん・たまねぎ・キャベツ・煮汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 豆腐のだし煮 (豆腐・にんじん・だし汁・でんぷん) 野菜の汁もの (キャベツ・にんじん・たまねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 豆腐の味噌そぼろ煮 (調味料1/3量、グリーンピース薄皮除く) 野菜スープ (だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 豆腐の味噌そぼろ煮 (調味料半量、グリーンピース薄皮除く) 野菜スープ (だし汁で2倍に薄める、もやし細かく刻む)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 青のり粥 (青のり家・だし汁)	育児用ミルク カルシウムお焼き煮 (調味料1/3量、ゴマ・ちりめんじゃこよくする)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 カルシウムお焼き煮 (調味料半量、ゴマよくする、ゴマよくする)
31 ・ 火	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 魚のヨーグルトかけ (白身魚・ヨーグルト・煮汁) 煮野菜 (小松菜葉先・キャベツ・じゃがいも・だし汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 魚のヨーグルトかけ (白身魚・ヨーグルト・煮汁) 煮野菜 (小松菜・でんぷん) 野菜の汁もの (じゃがいも・キャベツ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 さわらのみそ焼き (調味料1/3量) もやしと小松菜の削り節和え (調味料1/3量) じゃがいもとキャベツのスープ (だし汁で3倍に薄める)	軟飯 さわらのみそ焼き (調味料半量) もやしと小松菜の削り節和え (調味料半量) じゃがいもとキャベツのスープ (だし汁で2倍に薄める)
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク りんごのミルク煮 (りんご・育児用ミルク)	育児用ミルク りんごのミルク煮 (りんご・育児用ミルク)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 りんご蒸しパン
お誕生会	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト
	昼食	つぶし粥 煮魚 (白身魚・煮汁・でんぷん) 煮野菜 (にんじん・たまねぎ・キャベツ・煮汁・でんぷん) 育児用ミルク	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 (鶏ささみ肉・にんじん・たまねぎ・育児用ミルク・でんぷん) 煮野菜 (キャベツ・きゅうり・煮汁・でんぷん) 育児用ミルク	かた粥 カツカレー (調味料1/3量、にんにく・生姜風味程度、カレー粉除く、ケチャップ極少量、ソース除く) フレンチサラダ (調味料1/3量)	軟飯 カツカレー (調味料半量、にんにく・生姜風味程度、カレー粉風味程度家庭に確認、ケチャップ・ソース極少量) フレンチサラダ (調味料半量)
	おやつ	 育児用ミルク	育児用ミルク パン粥(パン・育児用ミルク) 煮くだもの	育児用ミルク シュガートースト煮(調味料1/3量、煮返す) 煮くだもの	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 シュガートースト(調味料半量) くだもの

☆実りの季節「秋」☆

暑さもやわらぎ、子どもたちの食欲もぐんと増してきます。来るべき冬に備えて体が少しでも多くの脂肪をため込もうとします。秋に収穫できる食べ物は、美味しいだけではなく体が必要としている栄養がたっぷり含まれています。収穫の喜びと秋の味覚を存分に味わいましょう。秋の味覚は、お米・豆・さつまいも・里いも・ごぼう・きのこ・柿・ぶどう・りんご・栗・さんま・さばなど。給食でも多くの食べ物が登場します。