

2025年10月			離乳食献立表		持田保育園
日		離乳食12～18		離乳食9～11	離乳食7～8
1 日 水	午前	牛乳 ビスケット			
	昼食	御飯 はんぺんのチーズフライ チーズサンドはんぺん、小麦粉、卵、パン粉、油、ウスターソース 酢の物 カットわかめ、きゅうり、もやし、かにかまぼこ、酢、砂糖、しょうゆ 豚汁 豚肉(もも)、じゃがいも、にんじん、ごぼう、板こんにゃく、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ		たまごがゆ 米、卵 きゅうりの和え物 カットわかめ、きゅうり、もやし、砂糖、しょうゆ 豚汁 豚肉(もも)、じゃがいも、にんじん、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)	たまごがゆ 米、卵 きゅうりの和え物 カットわかめ、きゅうり、もやし、砂糖、しょうゆ みそ汁(じゃがいも) じゃがいも、にんじん、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後	牛乳 マカロニきな粉あえ マカロニ、きな粉、砂糖			
2 日 木	午前	牛乳 せんべい			
	昼食	ハヤシライス 米、豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、油、ハヤシルウ、バター、ケチャップ、ウスターソース キャベツのおかか和え キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、かつお節 バナナ		軟飯 ポトフ 豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、しょうゆ キャベツの和え物 キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ	おかゆ ポトフ たまねぎ、にんじん、じゃがいも、しょうゆ キャベツの和え物 キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ
	午後	牛乳 カステラ			
3 日 金	午前	牛乳 ビスケット			
	昼食	中華どんぶり 米、豚肉(もも)、しょうが、酒、はくさい、にんじん、たけのこ、たまねぎ、しいたけ、なると、砂糖、しょうゆ、食塩、こしょう、コンソメ、片栗粉 もやしのおひたし もやし、にんじん、しょうゆ、食塩 豆腐スープ(わかめ) 木綿豆腐、ねぎ、カットわかめ、水、中華だしの素、食塩 オレンジ		中華どんぶり(軟飯) 米、豚肉(もも)、はくさい、にんじん、たまねぎ、しいたけ、砂糖、しょうゆ、食塩、片栗粉 もやしのおひたし もやし、にんじん、しょうゆ、食塩 豆腐スープ(わかめ) 木綿豆腐、ねぎ、カットわかめ、水、食塩	中華どんぶり(おかゆ) 米、はくさい、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、食塩、片栗粉 もやしのおひたし もやし、にんじん、しょうゆ 豆腐スープ(わかめ) 木綿豆腐、ねぎ、カットわかめ、水、食塩
	午後	牛乳 ポップコーン			
6 日 月	午前	牛乳 サブレ			
	昼食	御飯 炒り豆腐 木綿豆腐、鶏ひき肉、しらたき、しいたけ、にんじん、たまねぎ、油、しょうゆ、砂糖、みりん、卵 コールスローサラダ キャベツ、にんじん、マヨネーズ、酢、砂糖、食塩 みそ汁(こまつな・たまねぎ) こまつな、たまねぎ、水、ほんだし、米みそ(淡色辛みそ) オレンジ		軟飯 卵とじ 木綿豆腐、鶏ひき肉、しいたけ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、卵 キャベツのあえ物 キャベツ、にんじん、しょうゆ、砂糖 みそ汁(こまつな・たまねぎ) こまつな、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)	おかゆ 卵とじ 木綿豆腐、鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、卵 キャベツのあえ物 キャベツ、にんじん、しょうゆ、砂糖 みそ汁(こまつな・たまねぎ) こまつな、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後	牛乳 お月見まんじゅう			
7 日 火	午前	ヨーグルト せんべい			
	昼食	五目ラーメン 生中華めん、キャベツ、にんじん、もやし、コーン缶、ごま油、焼き豚、ねぎ、中華スープ、しょうゆ、食塩 揚げぎょうざ ぎょうざ、油 バナナ		軟飯 米 野菜のツナ煮 ツナ水煮缶、キャベツ、にんじん、もやし、ねぎ、しょうゆ、食塩 にんじんスープ にんじん、水、食塩	おかゆ 米 野菜のツナ煮 ツナ水煮缶、キャベツ、にんじん、もやし、ねぎ、しょうゆ、食塩 にんじんスープ にんじん、水、食塩
	午後	牛乳 ラスク 食パン、マーガリン・ソフトタイプ、砂糖			
8 日 水	午前	牛乳 ビスケット			
	昼食	三色そぼろ丼 米、凍り豆腐、鶏ひき肉、油、水、ほんだし、しょうが、しょうゆ、砂糖、酒、にんじん、水、ほんだし、砂糖、食塩、ほうれんそう、ごま油、しょうゆ かぼちゃの煮物 かぼちゃ、水、しょうゆ、砂糖、ほんだし みそ汁(もやし・あげ) もやし、油揚げ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし りんご		三色そぼろ丼(軟飯) 米、凍り豆腐、鶏ひき肉、水、しょうゆ、砂糖、にんじん、水、砂糖、食塩、ほうれんそう、しょうゆ かぼちゃの煮物 かぼちゃ、水、しょうゆ、砂糖 みそ汁(もやし) もやし、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)	三色そぼろ丼(おかゆ) 米、凍り豆腐、鶏ひき肉、水、しょうゆ、砂糖、にんじん、水、砂糖、食塩、ほうれんそう、しょうゆ かぼちゃの煮物 かぼちゃ、水、しょうゆ、砂糖 みそ汁(もやし) もやし、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後	牛乳 ドーナツ ホットケーキ粉、木綿豆腐、砂糖、油			
9 日 木	午前	牛乳 せんべい			
	昼食	御飯 豚肉のみそ炒め 豚肉(もも)、油、なす、にんじん、たまねぎ、淡色みそ、砂糖、しょうゆ、片栗粉 こまつなのナムル こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、ごま油、すりごま、しょうゆ、砂糖 豆腐スープ(わかめ) 木綿豆腐、ねぎ、カットわかめ、水、中華だしの素、食塩 オレンジ		軟飯 豚肉のやわらか煮 豚肉(もも)、なす、にんじん、たまねぎ、淡色みそ、砂糖、しょうゆ、片栗粉 こまつなのお浸し こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖 豆腐スープ(わかめ) 木綿豆腐、ねぎ、カットわかめ、水、食塩	おかゆ 野菜のやわらか煮 なす、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、片栗粉 こまつなのお浸し こまつな、もやし、にんじん、しょうゆ 豆腐スープ(わかめ) 木綿豆腐、ねぎ、カットわかめ、水、食塩
	午後	牛乳 スティックパン			
10 日 金	午前	牛乳 ビスケット			
	昼食	御飯 まぐろの竜田揚げ まぐろ、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油 キャベツの磯和え キャベツ、にんじん、しょうゆ、焼きのり みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ) じゃがいも、たまねぎ、水、淡色みそ、ほんだし バナナ		軟飯 まぐろの煮つけ まぐろ、しょうゆ キャベツの磯和え キャベツ、にんじん、しょうゆ、焼きのり みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ) じゃがいも、たまねぎ、水、淡色みそ	おかゆ まぐろの煮つけ まぐろ、しょうゆ キャベツの磯和え キャベツ、にんじん、しょうゆ、焼きのり みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ) じゃがいも、たまねぎ、水、淡色みそ
	午後	牛乳 せんべい			

2025年10月		離乳食献立表		持田保育園
日		離乳食12～18	離乳食9～11	離乳食7～8
13 日 月	午前			
	昼食	スポーツの日		
	午後			
14 日 火	午前	ヨーグルト せんべい		
	昼食	けんちんうどん ゆでうどん、鶏もも肉、油揚げ、だいこん、にんじん、ごぼう、こまつな、水、ほんだし、しょうゆ、みりん、食塩 ブロッコリーのごまあえ ブロッコリー、しょうゆ、ごま バナナ	けんちんうどん ゆでうどん、鶏もも肉、だいこん、にんじん、こまつな、水、しょうゆ、食塩 茹で野菜 ブロッコリー	けんちんうどん ゆでうどん、鶏もも肉、だいこん、にんじん、こまつな、水、しょうゆ、食塩 茹で野菜 ブロッコリー
	午後	牛乳 アメリカンドッグ ソーセージ、小麦粉、ホットケーキ粉、調製豆乳、卵、油		
15 日 水	午前	牛乳 ビスケット		
	昼食	御飯 ひき肉カレー 豚ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、牛乳、カレールウ、油、ウスターソース、バター もやしのナムル もやし、にんじん、カットわかめ、ごま油、すりごま、しょうゆ オレンジ	軟飯 ひき肉シチュー 豚ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、牛乳、小麦粉、食塩 もやしのあえ物 もやし、にんじん、カットわかめ、しょうゆ	おかゆ 野菜シチュー たまねぎ、じゃがいも、にんじん、牛乳、小麦粉、食塩 もやしのあえ物 もやし、にんじん、カットわかめ、しょうゆ
	午後	牛乳 ふかし芋(さつま)		
16 日 木	午前	牛乳 せんべい		
	昼食	御飯 鮭の塩焼き さけ、食塩 五目きんぴら 切り干しだいこん、ごぼう、にんじん、しらたき、油揚げ、ごま油、砂糖、みりん、しょうゆ みそ汁(だいこん・なめこ) だいこん、たまねぎ、なめこ、水、ほんだし、米みそ(淡色辛みそ) 柿	軟飯 鮭の塩焼き さけ、食塩 茹で野菜 にんじん みそ汁(だいこん・なめこ) だいこん、たまねぎ、なめこ、水、米みそ(淡色辛みそ)	おかゆ 鮭の塩焼き さけ、食塩 茹で野菜 にんじん みそ汁(だいこん) だいこん、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後	牛乳 きなこトースト 食パン、マーガリン、砂糖、きな粉		
17 日 金	午前	牛乳 ビスケット		
	昼食	御飯 鶏の唐揚げ 鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油 パスタサラダ スパゲティー、ハム、きゅうり、キャベツ、にんじん、マヨネーズ、しょうゆ きのこのスープ えのきたけ、しめじ、たまねぎ、にんじん、油、水、コンソメ、食塩 みかん	軟飯 鶏のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ 茹で野菜サラダ きゅうり、キャベツ、にんじん、しょうゆ 野菜スープ えのきたけ、しめじ、たまねぎ、にんじん、水、食塩	おかゆ 鶏のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ 茹で野菜サラダ きゅうり、キャベツ、にんじん、しょうゆ 野菜スープ たまねぎ、にんじん、水、食塩
	午後	牛乳 野菜かりんとう		
20 日 月	午前	牛乳 サブレ		
	昼食	御飯 煮込みハンバーグ 豚ひき肉、たまねぎ、油、卵、パン粉、牛乳、食塩、こしょう、油、ケチャップ、ウスターソース、砂糖 ほうれん草のソテー ほうれんそう、キャベツ、コーン缶、しょうゆ、食塩、コンソメ、油 みそ汁(さつまいも・たまねぎ) さつまいも、たまねぎ、水、ほんだし、米みそ(淡色辛みそ) オレンジ	軟飯 煮込みハンバーグ 豚ひき肉、たまねぎ、卵、パン粉、牛乳、食塩、ケチャップ、砂糖 ほうれん草のソテー ほうれんそう、キャベツ、コーン缶、しょうゆ、食塩 みそ汁(さつまいも・たまねぎ) さつまいも、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)	たまごがゆ 米、卵 ほうれん草のソテー ほうれんそう、キャベツ、しょうゆ、食塩 みそ汁(さつまいも・たまねぎ) さつまいも、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後	麦茶 ヨーグルト(ジャム) ヨーグルト、いちごジャム せんべい		
21 日 火	午前	ヨーグルト せんべい		
	昼食	味噌ラーメン 生中華めん、キャベツ、にんじん、コーン缶、もやし、カットわかめ、なると、ねぎ、赤みそ、本みりん、中華あじ、水 キャベツのごまマヨあえ キャベツ、にんじん、ちくわ、マヨネーズ、しょうゆ、すりごま バナナ	ツナと野菜のおじや 米、ツナ水煮缶、キャベツ、にんじん、カットわかめ、ねぎ、しょうゆ キャベツの和え物 キャベツ、にんじん、しょうゆ	ツナと野菜のおじや 米、ツナ水煮缶、キャベツ、にんじん、カットわかめ、ねぎ、しょうゆ キャベツの和え物 キャベツ、にんじん、しょうゆ
	午後	牛乳 わかめおにぎり 米、炊き込みわかめ		
22 日 水	午前	牛乳 ビスケット		
	昼食	御飯 カレイのカレームニエル かれい、食塩、こしょう、小麦粉、カレー粉、油 ポテトサラダ じゃがいも、にんじん、きゅうり、マヨネーズ、食塩 わかめスープ カットわかめ、ねぎ、水、中華だしの素、食塩 オレンジ	軟飯 カレイのムニエル かれい、食塩、小麦粉 ポテトサラダ じゃがいも、にんじん、きゅうり、食塩 わかめスープ カットわかめ、ねぎ、水、食塩	おかゆ カレイのムニエル かれい、食塩、小麦粉 ポテトサラダ じゃがいも、にんじん、きゅうり、食塩 わかめスープ カットわかめ、ねぎ、水、食塩
	午後	牛乳 大学芋 さつまいも、油、水、砂糖、しょうゆ、ごま		

2025年10月			離乳食献立表		持田保育園
日		離乳食12～18		離乳食9～11	離乳食7～8
23日 木	午前	牛乳 せんべい			
	昼食	御飯 肉じゃが 豚肉(もも)、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しらたき、油、しょうゆ、砂糖、みりん、 はるさめサラダ はるさめ、きゅうり、にんじん、コーン缶、酢、ごま油、砂糖、しょうゆ、食塩 豆腐みそ汁(なめこ・ねぎ) 木綿豆腐、なめこ、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし バナナ		軟飯 肉じゃが 豚肉(もも)、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、食塩 茹で野菜 きゅうり、にんじん 豆腐みそ汁(なめこ・ねぎ) 木綿豆腐、なめこ、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)	おかゆ 野菜の煮物 じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、食塩 茹で野菜 きゅうり、にんじん 豆腐みそ汁 木綿豆腐、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後	牛乳 フライドポテト フレンチフライポテト、油、食塩、ケチャップ			
24日 金	午前	牛乳 ビスケット			
	昼食	ロールパン クリームシチュー 鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、シチューミックスクリーム、牛乳、食塩、こしょう 三色サラダ ブロッコリー、にんじん、コーン缶、酢、油、砂糖、しょうゆ りんご		ロールパン クリームシチュー 鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、牛乳、小麦粉、食塩 三色サラダ ブロッコリー、にんじん、コーン缶、砂糖、しょうゆ	おかゆ 米 クリームシチュー 鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、牛乳、小麦粉、食塩 茹で野菜 ブロッコリー、にんじん
	午後	牛乳 コーンフレーク(ココア) コーンフレーク、ココア(ビュアココア)			
27日 月	午前	牛乳 サブレ			
	昼食	御飯 じゃが芋と鶏肉の煮物 鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、みりん 野菜の中華あえ もやし、にんじん、こまつな、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油 麩のすまし汁(えのき) 焼ふ、えのきたけ、ねぎ、水、しょうゆ、食塩、ほんだし オレンジ		軟飯 じゃが芋と鶏肉の煮物 鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ 野菜の和え物 もやし、にんじん、こまつな、砂糖、しょうゆ 麩のすまし汁 焼ふ、ねぎ、水、しょうゆ、食塩	おかゆ じゃが芋と鶏肉の煮物 鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ 野菜の和え物 もやし、にんじん、こまつな、砂糖、しょうゆ 麩のすまし汁 焼ふ、ねぎ、水、しょうゆ、食塩
	午後	牛乳 ホットケーキ ホットケーキ粉、調製豆乳、卵、メープルシロップ			
28日 火	午前	ヨーグルト せんべい			
	昼食	スパゲティーナボリタン ウインナー、にんじん、たまねぎ、ピーマン、オリーブ油、ケチャップ、ウスターソース、食塩、こしょう、スパゲティー ボイルブロッコリー ブロッコリー、食塩 野菜スープ キャベツ、たまねぎ、にんじん、水、コンソメ、食塩 バナナ		スパゲティーナボリタン にんじん、たまねぎ、ピーマン、ケチャップ、食塩、スパゲティー ボイルブロッコリー ブロッコリー、食塩 野菜スープ キャベツ、たまねぎ、にんじん、水、食塩	野菜のミルク粥 米、にんじん、たまねぎ、牛乳 ボイルブロッコリー ブロッコリー、食塩 野菜スープ キャベツ、たまねぎ、にんじん、水、食塩
	午後	牛乳 ジャム食パン 食パン、いちごジャム			
29日 水	午前	牛乳 ビスケット			
	昼食	御飯 鮭のフライ さけ、食塩、こしょう、小麦粉、卵、パン粉、油、中濃ソース キャベツの胡麻ネーズ和え キャベツ、にんじん、ちくわ、すりごま、マヨネーズ、しょうゆ みそ汁(もやし・わかめ) もやし、にんじん、カットわかめ、水、ほんだし、米みそ(淡色辛みそ) オレンジ		軟飯 鮭の塩焼き さけ、食塩 キャベツの和え物 キャベツ、にんじん、しょうゆ みそ汁(もやし・わかめ) もやし、にんじん、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)	おかゆ 鮭の塩焼き さけ、食塩 キャベツの和え物 キャベツ、にんじん、しょうゆ みそ汁(もやし・わかめ) もやし、にんじん、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後	ジュース きになる野菜アップル&キャロット あられせんべい			
30日 木	午前	牛乳 せんべい			
	昼食	御飯 鶏肉の照り焼き 鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、油 小松菜のナムル こまつな、キャベツ、しょうゆ、ごま油、ごま けんちん汁 木綿豆腐、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、ごま油、水、ほんだし、しょうゆ、食塩 バナナ		軟飯 鶏肉のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ 小松菜の和え物 こまつな、キャベツ、しょうゆ けんちん汁 木綿豆腐、だいこん、にんじん、ねぎ、水、しょうゆ、食塩	おかゆ 鶏肉のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ 小松菜の和え物 こまつな、キャベツ、しょうゆ けんちん汁 木綿豆腐、だいこん、にんじん、ねぎ、水、しょうゆ、食塩
	午後	牛乳 おやつ焼きそば 焼きそばめん、豚肉(もも)、キャベツ、にんじん、ピーマン、ごま油、ウスターソース			
31日 金	午前	牛乳 ビスケット			
	昼食	ジャンバラヤ 米、たまねぎ、にんじん、ウインナー、酒、ケチャップ、カレー粉、中濃ソース、コンソメ、にんにく、バター、食塩、こしょう 茹で野菜サラダ キャベツ、コーン缶、にんじん、油、酢、しょうゆ、砂糖 かぼちゃミルクスープ かぼちゃ、たまねぎ、油、水、牛乳、シチューミックスクリーム、こしょう みかん		野菜おじや 米、たまねぎ、にんじん、しょうゆ 茹で野菜サラダ キャベツ、コーン缶、にんじん、しょうゆ、砂糖 かぼちゃミルクスープ かぼちゃ、たまねぎ、水、牛乳、食塩	野菜おじや 米、たまねぎ、にんじん、しょうゆ 茹で野菜サラダ キャベツ、にんじん、しょうゆ、砂糖 かぼちゃミルクスープ かぼちゃ、たまねぎ、水、牛乳、食塩
	午後	牛乳 ビスケット			

※献立は、材料等の入荷の都合により変更する場合があります。

☆今月のひとこと☆
だんだんと涼しい日が増え、“実りの秋”、“食欲の秋”がやってきました。
食べることに興味を持ち、食べることが楽しくなるような季節にしたいですね。
家族やお友達と、旬の食材を楽しんでくださいね。

