



2025年10月



10月献立表



宜野湾市 保育こども園課

日付	献立名	おやつ	材 料 名			
			【赤】 血や肉や骨になるもの	【黄】 熱と力になるもの	【緑】 体の調子を整えるもの	その他調味料
1 水	そぼろどんぶり すまし汁 ブロッコリーサラダ オレンジ	保育乳 シリアルクッキー	○保育乳、豚ひき肉、○牛乳、○卵	米、和風ドレッシング、油、砂糖、○無塩バター、○三温糖、○ココアパウダー、○コーンフレーク、○小麦粉	オレンジ、にんじん、こまつな、コーン缶、ブロッコリー、しょうが、ねぎ、わかめ	しょうゆ、食塩、和風ドレッシング
2 木	たきこみごはん ちくわいソベ揚げ おかか和え 鶏のみそ汁 バナナ	保育乳 黒糖蒸しケーキ	○保育乳、鶏もも肉、ちくわ、豚肉、みそ、○牛乳	米、小麦粉、揚げ油、○小麦粉、○ホットケーキ粉、○油、○粉黒糖	バナナ、にんじん、とうがん、こまつな、キャベツ、ねぎ、たけのこ(ゆで)、干しいたけ、あおのり	しょうゆ、食塩
3 金	ごはん マーボー豆腐 ナムル 春雨スープ リンゴ	保育乳 スイートポテト	○保育乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、鶏もも肉、みそ、○調製豆乳	○さつまいも、米、はるさめ、○生クリーム、○三温糖、砂糖、ごま油、油、片栗粉	○オレンジ、こまつな、にんじん、たけのこ(ゆで)、コーン缶、長ねぎ、たまねぎ、ねぎ、切り干しだいこん、○マーメレード、干しいたけ、にんにく、ひじき	しょうゆ、酢、食塩
4 土	豚と野菜ｼｮｳｶﾞ焼きどんぶり ウインナー すまし汁 パイナップル	保育乳 ビスケット 	○保育乳、肉、ウインナー	米、油、砂糖、片栗粉、○ビスケット	パイナップル、たまねぎ、こまつな、にんじん、しめじ、しょうが、ねぎ、わかめ	しょうゆ
6 月	ごはん 魚のみそ焼き もずくチャンプルー 青菜スープ 梨	保育乳 ココアケーキ	○保育乳、白身魚(ホキ)、みそ、○牛乳	米、こんにゃく、砂糖、油、白ごま、ごま油、○小麦粉、○無塩バター、○砂糖、○油、○ペーキングパウダー、○ココアパウダー	梨、にんじん、こまつな、えのきたけ、もずく、ピーマン、たまねぎ	しょうゆ
7 火	ごはん 酢豚 春雨サラダ 豆腐スープ オレンジ	保育乳 ストーンクッキー	○保育乳、豚肉、絹ごし豆腐、油揚げ、○卵、○牛乳、○きな粉	米、はるさめ、砂糖、油、片栗粉、ごま油、○小麦粉、○無塩バター、○三温糖、○コーンフレーク	オレンジ、たまねぎ、にんじん、こまつな、きゅうり、パイン缶、ピーマン、黒きくらげ、干しいたけ、○レーズン	ケチャップ、しょうゆ、酢、食塩
8 水	冬瓜のあんかけどんぶり キャベツごま和え すまし汁 バナナ	保育乳 芋かりんとう	○保育乳、鶏もも肉、豚肉	米、砂糖、すりごま、片栗粉、○さつまいも、○黒砂糖、○揚げ油、○白ごま	バナナ、とうがん、キャベツ、たまねぎ、にんじん、しめじ、こまつな、えのきたけ、生しいたけ、ねぎ、しょうが、わかめ	しょうゆ、酢、食塩
9 木	ごはん 高野豆腐の含め煮 おかか和え じゃが芋みそ汁 オレンジ	保育乳 ショートブレッド	○保育乳、豚ひき肉、高野豆腐、みそ、鶏もも肉、鶏ミンチ、○牛乳	米、じゃがいも、砂糖、油、○小麦粉、○三温糖、○無塩バター、○ココアパウダー	オレンジ、たまねぎ、もやし、にんじん、こまつな	しょうゆ、コンソメ
10 金	あわごはん 豚肉ピーマン炒め じゃが芋おかか煮 大根スープ バナナ	保育乳 ジャムサンド	○保育乳、豚肉、沖縄豆腐	じゃがいも、米、あわ、油、砂糖、片栗粉、○食パン	バナナ、にんじん、こまつな、えのきたけ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、黒きくらげ、○100%果実ジャム	しょうゆ、食塩
11 土	ドライカレー ウインナー すまし汁 パイナップル	保育乳 ホットケーキ 	○保育乳、豚ひき肉、ウインナー、○牛乳	米、○ホットケーキ粉、○小麦粉、○無塩バター、○砂糖、○油、○ペーキングパウダー	パイナップル、たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、ねぎ、わかめ	カレーウ、ケチャップ、ウスターソース
13 月	スポーツの日 					
14 火	麦ごはん 豆腐の中華煮 納豆みそ 冬瓜スープ りんご	保育乳 ヨーグルトスコーン	○保育乳、厚揚げ、挽きわり納豆、豚肉、みそ、ツナ油漬缶、○卵、○プレーンヨーグルト	米、押麦、砂糖、油、片栗粉、○強力粉、○無塩バター、○三温糖	りんご、とうがん、にんじん、こまつな、キャベツ、しめじ、たけのこ(ゆで)、ねぎ、干しいたけ、しょうが	しょうゆ、食塩
15 水	☆ お弁当会 ☆	保育乳 きな粉ちんすこう	○保育乳、○きな粉	○小麦粉、○砂糖、○油		
16 木	あわごはん 鶏のバイン煮 春雨チャンプルー じゃが芋みそ汁 バナナ	保育乳 黒糖ポーポー	○保育乳、鶏もも肉、○調製豆乳、みそ、油揚げ	米、じゃがいも、○小麦粉、あわ、砂糖、○粉黒糖、○油、はるさめ	バナナ、にんじん、ウインナー、こまつな、キャベツ、○しょうが、カットわかめ、たまねぎ、ブロッコリー	しょうゆ
17 金	沖縄そば ごま和え 青切りみかん	保育乳 みそおにぎり	○保育乳、三枚肉、かまぼこ、○みそ、○ツナ油漬缶	沖縄そば、○米、砂糖、すりごま	みかん、もやし、にんじん、こまつな、ねぎ	しょうゆ、酢、食塩
18 土	わかめごはん ウインナー 豚汁 パイナップル	保育乳 ビスケット 	○保育乳、豚肉、みそ、○ウインナー	米、じゃがいも、○ビスケット	パイナップル、にんじん、たまねぎ、わかめふりかけ	
20 月	ごはん 肉じゃが ブロッコリーごま和え 豆腐みそ汁 梨	保育乳 黒糖ケーキ	○保育乳、豚肉、沖縄豆腐、みそ、○牛乳	米、じゃがいも、すりごま、○ホットケーキ粉、○小麦粉、○無塩バター、○三温糖、○粉黒糖、○油、○ペーキングパウダー	梨、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、えのきたけ、こまつな	しょうゆ
21 火	ごはん 松風焼き 切干大根と豚肉の炒め物 青菜スープ バナナ	保育乳 大学芋	○保育乳、鶏ひき肉、豚肉、みそ	米、じゃがいも、砂糖、油、片栗粉、白ごま、○さつまいも、○揚げ油、○砂糖、○黒ゴマ	バナナ、たまねぎ、こまつな、もやし、にんじん、しめじ、コーン缶、ピーマン、切り干しだいこん、黒きくらげ	しょうゆ、食塩
22 水	うっちゃんライス 鶏肉唐揚げ マッシュポテト キャベツサラダ ワカメスープ オレンジ	保育乳 誕生会ケーキ	○保育乳、鶏もも肉、ツナ油漬缶	米、じゃがいも、片栗粉、揚げ油、マヨネーズ、○誕生会ケーキ	オレンジ、キャベツ、にんじん、ブロッコリー、えのきたけ、クリームコーン缶、ねぎ、しょうが、カットわかめ	和風ドレッシング、しょうゆ、食塩
23 木	ごはん 魚のみそマヨ焼き ブロッコリーひじき炒め 冬瓜スープ バナナ	保育乳 オートミールクッキー	○保育乳、白身魚(ホキ)、○卵、豚肉、みそ、○牛乳	米、マヨネーズ、油、○小麦粉、○無塩バター、○粉黒糖、○オートミール、○黒ごま	バナナ、ブロッコリー、とうがん、こまつな、にんじん、たまねぎ、クリームコーン缶、しめじ、ひじき	しょうゆ、食塩、パセリ粉
24 金	ミートソーススパゲティ ナムル キャベツスープ オレンジ	保育乳 ジャムサンド	○保育乳、豚ひき肉、大豆水煮	スパゲティ、砂糖、ごま油、油、○食パン	オレンジ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、えのきたけ、きゅうり、切り干しだいこん、干しいたけ、ひじき、にんにく、○100%果実ジャム	トマトソース、ケチャップ、しょうゆ、酢、ウスターソース、コンソメ、食塩
25 土	ピラフ ウインナー 春雨野菜スープ パイナップル	保育乳 ホットケーキ 	○保育乳、豚肉、沖縄豆腐、○牛乳、ウインナー	米、はるさめ、○小麦粉、○無塩バター、○砂糖、○油、○ペーキングパウダー	パイナップル、にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、コーン缶	しょうゆ、コンソメ、食塩
27 月	麦ごはん 昆布納豆 トーフチャンプルー 大根みそ汁 バナナ	保育乳 にらヒラヤーチー	○保育乳、挽きわり納豆、沖縄豆腐、豚肉、みそ、○豆乳、○ツナ油漬缶	米、押麦、油、○小麦粉	バナナ、キャベツ、たまねぎ、だいこん、にんじん、しめじ、ピーマン、ねぎ、塩こんが、○にら	しょうゆ、食塩
28 火	チキンカレー ウインナー キャベツサラダ すまし汁 オレンジ	保育乳 ショートブレッド	○保育乳、鶏もも肉、ウインナー、○牛乳	米、じゃがいも、○小麦粉、○三温糖、○無塩バター、○ココアパウダー	オレンジ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、しめじ、赤ピーマン、コーン	カレーウ、和風ドレッシング
29 水	キャロットライス かぼちゃグラタン ブロッコリーサラダ 照り焼きチキン わかめスープ バナナ	保育乳 ハロウィンケーキ	○保育乳、調製豆乳、鶏もも肉、ツナ油漬缶、○牛乳	米、マカロニ、小麦粉、油、パン粉、焼酎(星の麴)、○小麦粉、○無塩バター、○砂糖、○油、○ペーキングパウダー	バナナ、キャベツ、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、コーン缶、ねぎ、カットわかめ、かぼちゃ	しょうゆ、コンソメ、食塩、パセリ粉、和風ドレッシング
30 木	ごはん 豚なすみそ炒め 和風スパゲティサラダ 豆腐スープ オレンジ	保育乳 きな粉スコーン	○保育乳、豚肉、沖縄豆腐、ツナ油漬缶、みそ、○卵、○プレーンヨーグルト	米、サラダ用スパゲティ、油、砂糖、○強力粉、○無塩バター、○砂糖、○きな粉	オレンジ、たまねぎ、にんじん、なす、こまつな、きゅうり、ピーマン、カットわかめ	和風ドレッシング、しょうゆ、食塩
31 金	ごはん パーベキューチキン クレープイリチー 青菜スープ りんご	保育乳 ココア蒸しケーキ	○保育乳、鶏もも肉、三枚肉、○牛乳	米、砂糖、すりごま、油、じゃがいも、○小麦粉、○ホットケーキ粉、○油、○ココアパウダー	りんご、こまつな、たまねぎ、にんじん、キャベツ、しめじ、ピーマン、もずく	ケチャップ、しょうゆ、ウスターソース

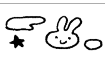







☆ 保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります



10月 離乳食こんだて表①

2025年10月

宜野湾市 保育こども園課

日 付	曜 日	5、6か月 頃	7、8か月 頃	9か月～11か月 頃	12か月～18か月 頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	力や熱となる食物	体の調子をよくする食物
1	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜キャベツホトヘースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	ミルク、豚肉、 豆腐	米、じゃがい も	こまつな、にんじん、キャ ベツ
2	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜サツマイモペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	ミルク、白身 魚	米、さつまい も	にんじん、こまつな、かぼ ちゃ
3	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ホトヘースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつま芋煮	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつま芋煮	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつま芋煮	ミルク、豚ひ き肉、豆腐	米、 じゃがいも	にんじん、ブロッコリー、こ まつな
4	土	野菜がゆ	ぞうすい スープ さつま芋煮 	ぞうすい スープ さつま芋煮 	ぞうすい スープ さつま芋煮 	豚肉	米、じゃがい も	にんじん、かぼちゃ、こま つな
6	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ 青菜サツマイモペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	ミルク、白身 魚	米、さつまい も	にんじん、こまつな、キャ ベツ
7	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ホトヘースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	ミルク、豚肉、 豆腐	米、 じゃがいも	だいこん、にんじん、こま つな
8	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜サツマイモペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつま芋煮	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつま芋煮	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつま芋煮	ミルク、白身 魚	米、 さつまいも	ブロッコリー、にんじん、 キャベツ
9	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ホトヘースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	ミルク、豚ひ き肉、豆腐	米、じゃがい も	こまつな、かぼちゃ、にん じん
10	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ホトヘースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	ミルク、白身 魚	米、 じゃがいも	キャベツ、にんじん、こま つな
11	土	野菜がゆ	ぞうすい スープ さつま芋煮 	ぞうすい スープ さつま芋煮 	ぞうすい スープ さつま芋煮 	豚肉	米、	にんじん、、こまつな
13	月	 ス ポ ー ツ の 日 						
14	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜冬瓜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	ミルク、豚肉、 豆腐	米、さつまい も	キャベツ、にんじん、こま つな
15	水	☆ お 弁 当 会 ☆				ミルク	さつまいも	

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります

※16日以降は裏面









10月 離乳食こんだて表②



2025年10月

宜野湾市 保育こども園課

日 付	曜 日	5、6か月 頃	7、8か月 頃	9か月～11か月 頃	12か月～18か月 頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	力や熱となる食物	体の調子をよくする食物
16	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ネギペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐	米、じゃがいも	だいこん、キャベツ、にんじん、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ			
17	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜サツマイモペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、さつまいも	にんじん、かぼちゃ、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ			
18	土	野菜がゆ	ぞうすい スープ	ぞうすい スープ	ぞうすい スープ	豚肉、豆腐	米	にんじん、かぼちゃ、キャベツ
			さつま芋煮 	さつま芋煮 	さつま芋煮 			
20	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 小麦コリボペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	だいこん、にんじん、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ			
21	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ネギペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、鶏ひき肉、豆腐	米、じゃがいも	ブロッコリー、にんじん、こまつな
			ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ			
22	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ キャベツボペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	こまつな、かぼちゃ、にんじん
			ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮			
23	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	米、さつまいも	だいこん、にんじん、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ			
24	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ネギペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	にんじん、こまつな、キャベツ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ			
25	土	野菜がゆ	ぞうすい スープ	ぞうすい スープ	ぞうすい スープ	豆腐、豚肉	米	こまつな、にんじん、かぼちゃ
			さつま芋煮 	さつま芋煮 	さつま芋煮 			
27	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜サツマイモペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	米、さつまいも	にんじん、こまつな、キャベツ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ			
28	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ネギペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	だいこん、にんじん、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ			
29	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ネギペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	米、じゃがいも	ブロッコリー、にんじん、キャベツ
			ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮			
30	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、さつまいも	こまつな、かぼちゃ、にんじん
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ			
31	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ネギペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	米、じゃがいも	キャベツ、にんじん、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ			

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります