

2025年度10月離乳食予定献立表

戸塚愛児園

日付	初期(5～6ヶ月頃)	後期(9～11ヶ月頃)	完了期(12～18ヶ月頃)	軽食(完了期)
01水		軟飯 豆腐の野菜あんかけ 白菜和え物 切干大根の味噌汁 スイートパンプキン きゅうりスティック きのこのスープ	ごはん ちくわの磯辺揚げ 白菜ときゅうりの甘酢和え 切干大根の味噌汁 スイートパンプキン 牛乳	バナナ
02木		軟飯 鶏肉とさつま芋の甘辛煮 大根のサラダ 豆腐の味噌汁 にゅうめん お麩の煮物 バナナ	ごはん 鶏肉とさつま芋の甘辛和え 大根とかにかまのサラダ 油揚げとねぎの味噌汁 にゅうめん 牛乳	おかかご飯
03金		食パン 鶏肉のトマト煮 人參サラダ わかめのスープ ひじき軟飯 茹でキャベツ なすの味噌汁	食パン 豆腐ハンバーグ 人參サラダ わかめとコーンのスープ オレンジ ひじき軟飯 牛乳	ふかし芋
04土		チキンライス風 キャベツのサラダ 青梗菜のスープ さつま芋おじや	チキンライス コールスローサラダ 青梗菜のスープ バナナ さつま芋おじや 牛乳	
06月	つぶし粥 お麩のペースト キャベツのペースト きゅうりのペースト すまし汁	軟飯 鶏肉と野菜の味噌煮 切干大根のサラダ お麩のすまし汁 じゃが芋のお焼き 茹で人參 小松菜の味噌汁	ごはん 豚肉と野菜の味噌炒め 切干大根のサラダ お麩とねぎのすまし汁 じゃが芋のお焼き 牛乳	青のりご飯
07火	うどん粥 高野豆腐のペースト 人參のペースト ほうれん草のペースト すまし汁	マカロニミートソース スティックサラダ ほうれん草のスープ 鶏そぼろ軟飯 茹でさつま芋 わかめの味噌汁	マカロニミートソース スティックサラダ えのきのスープ 鶏そぼろ軟飯 牛乳	粉吹き芋
08水	つぶし粥 お麩のペースト じゃが芋のペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	ハヤシライス風 キャベツの磯サラダ 春雨スープ コーンクリームトースト 茹でブロッコリー オニオンスープ	カレーライス キャベツの磯マヨサラダ 春雨スープ バナナ コーンクリームトースト 牛乳	おかかご飯
09木	つぶし粥 高野豆腐のペースト 大根のペースト 人參のペースト 味噌汁の上澄み	軟飯 鶏肉のりんごソースかけ 源平煮 わかめの味噌汁 野菜雑炊 高野豆腐の煮物 もやしの味噌汁	ごはん 鶏肉のバーベキューソース ひじきの炒り煮 なめこと万能ねぎの味噌汁 野菜雑炊 牛乳	塩昆布ご飯
10金	つぶし粥 鰯のペースト 白菜のペースト きゅうりのペースト 味噌汁の上澄み	軟飯 鰯の煮付け 白菜の浅漬け 豆腐と玉ねぎの味噌汁 マカロニきな粉 茹でほうれん草 里芋の味噌汁	ごはん 鯖の生姜焼き 白菜の浅漬け 油揚げと玉ねぎの味噌汁 マカロニきな粉 牛乳	バナナ
11土	つぶし粥 お麩のペースト じゃが芋のペースト 人參のペースト すまし汁	肉味噌丼 ポテトサラダ お麩とえのきのすまし汁 かぼちゃおじや	肉味噌丼 ポテトサラダ お麩とえのきのすまし汁 かぼちゃおじや 牛乳	
14火	つぶし粥 豆腐のペースト 玉ねぎのペースト きゅうりのペースト 味噌汁の上澄み	軟飯 炒り豆腐風 きゅうりとわかめの和え物 なすの味噌汁 にゅうめん バナナ かぶのくず煮	ごはん 炒り豆腐 きゅうりとわかめの酢の物 なすの味噌汁 にゅうめん 牛乳	ふかし芋
15水	つぶし粥 お麩のペースト 人參のペースト 小松菜のペースト 味噌汁の上澄み	軟飯 鶏肉のコーンクリーム煮 里芋のサラダ 小松菜の味噌汁 スイートポテト 茹でブロッコリー しめじのスープ	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 里芋のサラダ 小松菜の味噌汁 スイートポテト 牛乳	青のりご飯
16木	つぶし粥 豆腐のペースト 人參のペースト きゅうりのペースト 味噌汁の上澄み	鶏そぼろ丼 もやしときゅうりの和え物 豆腐の味噌汁 おかかおにぎり 粉吹き芋 ほうれん草の味噌汁	豚丼 もやしときゅうりのナムル 豆腐とえのきの味噌汁 おかかおにぎり 牛乳	バナナ

日付	初期(5～6ヶ月頃)	後期(9～11ヶ月頃)	完了期(12～18ヶ月頃)	軽食(完了期)
17金	つぶし粥 メルルーサのペースト 大根のペースト かぼちゃのペースト 味噌汁の上澄み	軟飯 メルルーサのみぞれかけ 高野豆腐の煮物 かぼちゃの味噌汁 ビザートスト風 きゅうりスティック わかめのスープ	ごはん メルルーサの大和蒸し きんぴらごぼう かぼちゃの味噌汁 ビザートスト風 牛乳	和風ツナご飯
18土	つぶし粥 お麩のペースト じゃが芋のペースト キャベツのペースト すまし汁	ビラフ風 温野菜 キャベツのスープ ひじきおじや	カレービラフ 温野菜 キャベツのスープ オレンジ ひじきおじや 牛乳	
20月	うどん粥 高野豆腐のペースト 白菜のペースト さつま芋のペースト すまし汁	煮込みうどん 茹でさつま芋 なすの煮浸し しらすわかめおにぎり 茹で人參 えのきの味噌汁	皿うどん さつま芋のオープン焼き もやしのスープ しらすわかめおにぎり 牛乳	バナナ
21火	つぶし粥 豆腐のペースト 人參のペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	軟飯 鶏肉の味噌煮 切干大根の煮物 豆腐のすまし汁 かぼちゃサンド バナナ 青梗菜のスープ	ごはん 鶏肉のゆず味噌焼き 切干大根の旨煮 豆腐と万能ねぎのすまし汁 かぼちゃサンド 牛乳	塩昆布ご飯
22水	つぶし粥 鰯のペースト ほうれん草のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	軟飯 鰯の煮付け ほうれん草のお浸し わかめの味噌汁 さつま芋のお焼き お麩の煮物 豆腐の味噌汁	ごはん 鰯の煮付け ほうれん草の白和え わかめの味噌汁 柿 さつま芋のお焼き 牛乳	粉吹き芋
23木	つぶし粥 高野豆腐のペースト きゅうりのペースト 白菜のペースト 味噌汁の上澄み	軟飯 高野豆腐と野菜のトマト煮 もやしときゅうりの和え物 白菜の味噌汁 野菜雑炊 なすの煮浸し 切干大根の味噌汁	ごはん 高野豆腐の酢豚風 もやしときゅうりの塩昆布和え 白菜の味噌汁 野菜雑炊 牛乳	おかかご飯
24金	つぶし粥 お麩のペースト 人參のペースト 大根のペースト 味噌汁の上澄み	軟飯 鶏肉の野菜あんかけ 人參ときゅうりのサラダ 大根の味噌汁 じゃがバター 茹で小松菜 しめじの味噌汁	ごはん 鶏肉の南蛮漬け ごぼうのサラダ 大根の味噌汁 じゃがバター 牛乳	青のりご飯
27月	つぶし粥 豆腐のペースト 人參のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ もやしと人參の和え物 青梗菜の味噌汁 わかめおにぎり 茹で白菜 じゃが芋の味噌汁	ごはん 豆腐の真砂揚げ もやしと人參のナムル 青梗菜の味噌汁 わかめおにぎり 牛乳	青のりご飯
28火	パン粥 高野豆腐のペースト キャベツのペースト きゅうりのペースト すまし汁	食パン 鶏肉の照り煮 キャベツのサラダ オニオンスープ さつま芋のミルク煮 バナナ 茹でブロッコリー	ハイジパン 鶏肉の照り焼き ベイクドポテト コールスローサラダ オニオンスープ さつま芋のミルク煮 牛乳	おかかご飯
29水	つぶし粥 お麩のペースト 白菜のペースト 人參のペースト 味噌汁の上澄み	軟飯 鶏肉のホワイトソースかけ 白菜の和え物 お麩の味噌汁 混ぜ軟飯 高野豆腐の煮物 里芋の味噌汁	ごはん 豚肉のカレー風味焼き 白菜のゆず和え お麩の味噌汁 混ぜ軟飯 牛乳	バナナ
30木	つぶし粥 メルルーサのペースト 小松菜のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	軟飯 メルルーサのもみじ煮 小松菜の胡麻和え なすの味噌汁 きな粉トースト ヨーグルト コーンクリームスープ	ごはん メルルーサのもみじ焼き 小松菜の胡麻和え なすの味噌汁 きな粉トースト 牛乳	ふかし芋
31金	つぶし粥 お麩のペースト かぼちゃのペースト 人參のペースト すまし汁	ケチャップライス風 鶏ささみとかぼちゃのチーズ煮 ブロッコリーのサラダ わかめのスープ じゃがバター バナナ 豆腐の味噌汁	ケチャップライス かぼちゃグラタン 三色サラダ わかめのスープ じゃがバター 牛乳	青のりご飯