



2024年10月 どんぐりこども園離乳食 中期・後期予定献立表



日	曜日	初期5～6ヶ月頃	材料	中期7～8ヶ月頃	材料	後期9～11ヶ月頃	材料
1	火			全がゆ 鶏肉の煮物 野菜の煮びたし もやしのみじん汁	米 鶏肉 玉ねぎ・キャベツ もやし	全がゆ～軟飯 鶏肉の煮物 野菜のおかか煮 もやしとわかめののみじん汁	米 鶏肉 玉ねぎ・キャベツ・かつお節 もやし・わかめ
2	水			全がゆ すき焼き風煮 切干大根煮 さつまいものスープ	米 豆腐・長ねぎ・白菜 切干大根・人参 さつまいも	全がゆ～軟飯 すき焼き風煮 切干大根煮 さつまいものスープ	米 豚肉・豆腐・長ねぎ・白菜 切干大根・人参 さつまいも
3	木			全がゆ 野菜のそぼろ煮 チンゲン菜の煮びたし かぶのみじん汁	米 鶏肉・玉ねぎ・もやし チンゲン菜 かぶ	全がゆ～軟飯 野菜のそぼろ煮 チンゲン菜の煮びたし かぶのみじん汁	米 鶏肉・玉ねぎ・もやし チンゲン菜 かぶ
4	金			全がゆ カレイの煮つけ じゃが芋の煮物 玉ねぎの味噌汁	米 カレイ じゃが芋 玉ねぎ	全がゆ～軟飯 サワラの煮つけ じゃが芋の煮物 玉ねぎの味噌汁	米 サワラ じゃが芋 玉ねぎ
5	土			全がゆ 高野豆腐の煮物 野菜のみじん汁	米 高野豆腐 玉ねぎ・長ねぎ	全がゆ～軟飯 高野豆腐の煮物 野菜のみじん汁	米 高野豆腐 玉ねぎ・長ねぎ
7	月			全がゆ 麩のシチュー キャベツのお浸し	米 麩・玉ねぎ 人参・牛乳 キャベツ・きゅうり	全がゆ～軟飯 ポークシチュー ひじきとキャベツのお浸し	米 豚肉・麩・玉ねぎ 人参・牛乳 ひじき・キャベツ・きゅうり
8	火			全がゆ 豆腐の煮物 野菜のお浸し 白菜のみじん汁	米 豆腐・長ねぎ 小松菜・もやし 白菜	全がゆ～軟飯 麻婆豆腐 野菜のお浸し 白菜のみじん汁	米 豚肉・豆腐・長ねぎ 小松菜・もやし 白菜
9	水			トマトスープパスタ さつまいもの甘煮	スパゲティ・麩・トマト 玉ねぎ・キャベツ さつまいも・人参	トマトスープパスタ さつまいもの甘煮	スパゲティ・麩・トマト 豚肉・玉ねぎ・キャベツ さつまいも・人参
10	木			全がゆ じゃが芋の煮物 野菜の煮びたし 大根の味噌汁	米 高野豆腐・じゃが芋・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・人参 大根	全がゆ～軟飯 肉じゃが 野菜の煮びたし 大根の味噌汁	米 豚肉・高野豆腐・じゃが芋・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・人参 大根
11	金			パンがゆ かぼちゃのシチュー 小松菜の煮物	食パン 鶏肉・かぼちゃ マカロニ・牛乳 小松菜・玉ねぎ	パンがゆ～食パン 鶏肉・かぼちゃ マカロニ・牛乳 小松菜・玉ねぎ	食パン 鶏肉・かぼちゃ マカロニ・牛乳 小松菜・玉ねぎ
12	土			全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 麩のみじん汁	米 鶏肉・玉ねぎ・人参 麩	全がゆ～軟飯 鶏肉と野菜の煮物 麩のみじん汁	米 鶏肉・玉ねぎ・人参 麩
15	火			全がゆ トマトのポトフ風 切干大根煮	米 高野豆腐・キャベツ 人参・玉ねぎ・トマト 切干大根・チンゲン菜	全がゆ～軟飯 トマトのポトフ風 切干大根煮	米 豚肉・高野豆腐・キャベツ 人参・玉ねぎ・トマト 切干大根・チンゲン菜
16	水			全がゆ 野菜のそぼろ煮 スパゲティ煮 じゃが芋の味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ・キャベツ スパゲティ・きゅうり じゃが芋	全がゆ～軟飯 野菜のそぼろ煮 スパゲティ煮 じゃが芋の味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ・キャベツ スパゲティ・きゅうり じゃが芋

日	曜日	初期5～6ヶ月頃	材料	中期7～8ヶ月頃	材料	後期9～11ヶ月頃	材料
17	木			全がゆ 麩と野菜の煮物 ビーフン煮 小松菜のみじん汁	米 麩・玉ねぎ・人参 ビーフン・きゅうり 小松菜	全がゆ～軟飯 豚肉と野菜の煮物 ビーフン煮 小松菜のみじん汁	米 豚肉・麩・玉ねぎ・人参 ビーフン・きゅうり 小松菜
18	金			煮込みうどん かぼちゃの甘煮	うどん・高野豆腐・人参 玉ねぎ・ほうれん草 かぼちゃ・じゃが芋	煮込みうどん かぼちゃの甘煮	うどん・高野豆腐・人参 豚肉・玉ねぎ・ほうれん草 かぼちゃ・じゃが芋
19	土			全がゆ 鶏肉の煮物 野菜のスープ	米 鶏肉 長ねぎ・人参	全がゆ～軟飯 鶏肉の煮物 野菜のスープ	米 鶏肉 長ねぎ・人参
21	月			全がゆ 野菜のそぼろ煮 納豆煮 切干大根のみじん汁	米 鶏肉・人参・玉ねぎ 納豆・もやし 切干大根	全がゆ～軟飯 野菜のそぼろ煮 納豆煮 切干大根のみじん汁	米 鶏肉・人参・玉ねぎ 納豆・もやし 切干大根
22	火			パンがゆ さつまいものシチュー 白菜のお浸し	食パン 鶏肉・さつまいも・玉ねぎ 人参・牛乳 白菜・もやし	パンがゆ～食パン さつまいものシチュー 白菜のお浸し	食パン 鶏肉・さつまいも・玉ねぎ 人参・牛乳 白菜・もやし
23	水			全がゆ そぼろ煮 かぼちゃの甘煮 長ねぎの味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ かぼちゃ・人参 長ねぎ	全がゆ～軟飯 そぼろ煮 かぼちゃの甘煮 わかめと長ねぎの味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ かぼちゃ・人参 わかめ・長ねぎ
24	木			全がゆ 鶏肉の煮物 野菜の煮びたし 玉ねぎのみじん汁	米 鶏肉 いんげん・もやし 玉ねぎ	全がゆ～軟飯 鶏肉の煮物 野菜の煮びたし 玉ねぎのみじん汁	米 鶏肉 いんげん・もやし 玉ねぎ
25	金			全がゆ カレイの煮つけ 納豆煮 マカロニスープ	米 カレイ 納豆・ほうれん草・人参 マカロニ	全がゆ～軟飯 カレイの煮つけ 納豆煮 マカロニスープ	米 カレイ 納豆・ほうれん草・人参 マカロニ
26	土			全がゆ 野菜のそぼろ煮 高野豆腐のみじん汁	米 鶏肉・玉ねぎ・人参 高野豆腐	全がゆ～軟飯 野菜のそぼろ煮 高野豆腐のみじん汁	米 鶏肉・玉ねぎ・人参 高野豆腐
28	月			全がゆ 鶏肉の味噌煮 人参の甘煮 大根のスープ	米 鶏肉 人参・いんげん 大根	全がゆ～軟飯 鶏肉の味噌煮 人参の甘煮 大根のスープ	米 鶏肉 人参・いんげん 大根
29	火			全がゆ ささみのシチュー 野菜の煮物	米 ささみ・玉ねぎ・人参 じゃが芋・牛乳 キャベツ・もやし	全がゆ～軟飯 ささみのシチュー 野菜の煮物	米 ささみ・玉ねぎ・人参 じゃが芋・牛乳 キャベツ・もやし
30	水			煮込みうどん 切干大根煮	うどん・高野豆腐 キャベツ・もやし 切干大根	煮込みうどん 切干大根煮	うどん・高野豆腐・豚肉 キャベツ・もやし 切干大根
31	木			全がゆ ミルク煮 かぼちゃの甘煮 長ねぎのスープ	米 麩・マカロニ・人参 かぼちゃ・きゅうり 長ねぎ	全がゆ～軟飯 ミルク煮 かぼちゃの甘煮 長ねぎのスープ	米 豚肉・麩・マカロニ・人参 かぼちゃ・きゅうり 長ねぎ

*材料購入の関係上、多少の変更はご了承ください。

*献立の「軟飯・お粥・つぶし粥」に使用しているお米は、国内産です。

*保育園ではいろいろな食材を使用しております。献立表の材料名もご覧いただき、食べたことがない食材は事前にご家庭でお試下さい。