



# 2025年10月 離乳食献立表



白岡みちのこ保育園

	完了食	後期食	中期食	初期食
01(水)	朝食 御飯 かわいいの和風ムニエル 白和え みそ汁(赤みそ)	軟飯 かわいいの照り焼き 野菜の軟煮(豆腐・ほうれん草・人参)	全粥 かわいいのとろとろ煮 野菜の軟煮(豆腐・ほうれん草・人参)	7倍粥 かわいいのとろとろ煮 野菜の軟煮(ほうれん草・玉ねぎ・人参)
	午後 油揚げのピザ風 牛乳	トースト 麦茶	パン粥 麦茶	
02(木)	朝食 食パン さつまいもグラタン 具沢山野菜スープ バナナ	食パン さつまいもミルク煮(鶏肉・さつまいも・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・牛乳) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参) バナナ	パン粥 しらすと野菜の軟煮(さつまいも・玉ねぎ・人参・ブロッコリー) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参) バナナ	パン粥 しらすととろとろ煮 野菜の軟煮(さつまいも・人参・ブロッコリー) スープ バナナ
	午後 鶏そぼろおにぎり 牛乳	鶏そぼろ軟飯 麦茶	全粥(人参) 麦茶	
03(金)	朝食 あんかけ焼きそば 中華スープ ぶどうゼリー	あんかけ焼きそば(豚肉・キャベツ・人参) スープ(小松菜・玉ねぎ) バナナ	あんかけうどん(かわいい・キャベツ・人参) スープ(小松菜・玉ねぎ) バナナ	あんかけうどん(かわいい・キャベツ・人参) スープ(小松菜・玉ねぎ) バナナ
	午後 きな粉ドーナツ 牛乳	きな粉ドーナツ 麦茶	パン粥 麦茶	
04(土)	朝食 			
	午後			
06(月)	朝食 御飯 ポークケチャップ(厚揚げ) きのこの醤油炒め 中華スープ	軟飯 豚肉の軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(大根・人参) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ・人参)	全粥 豆腐の軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(大根・人参) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ・人参)	7倍粥 豆腐のとろとろ煮 野菜の軟煮(大根・チンゲン菜・人参) スープ
	午後 お月見団子 牛乳	お月見団子 麦茶	さつまいもの軟煮 麦茶	
07(火)	朝食 御飯 豚肉の甘みそ炒め きんぴらごぼう みそ汁	軟飯 豚肉の炒め煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(小松菜・玉ねぎ・人参)	全粥 しらすと野菜の軟煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(小松菜・玉ねぎ・人参)	7倍粥 しらすととろとろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・小松菜・人参) スープ
	午後 シュガートースト 牛乳	シュガートースト 麦茶	パン粥 麦茶	
08(水)	朝食 さつまいも餅 千草卵焼き 五目煮豆 みそ汁	さつまいもの軟飯 かわいいの煮つけ 野菜スティック(大根・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	さつまいも粥 かわいいのとろとろ煮 野菜スティック(大根・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	さつまいも粥 かわいいのとろとろ煮 野菜の軟煮(大根・玉ねぎ・人参) スープ
	午後 ショートブレッド 牛乳	麦茶 ショートブレッド	パン粥 麦茶	
09(木)	朝食 御飯 チキン南蛮 小松菜のおかか和え みそ汁	軟飯 鶏肉の照り焼き 野菜の軟煮(小松菜・玉ねぎ・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	全粥 豆腐のとろとろ煮 野菜の軟煮(小松菜・玉ねぎ・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 豆腐のとろとろ煮 野菜の軟煮(小松菜・玉ねぎ・人参) スープ
	午後 きつねおにぎり 牛乳	軟飯(人参) 麦茶	全粥(人参) 麦茶	
10(金)	朝食 御飯 かわいいの照り焼き キャベツのソテー 白菜スープ	軟飯 かわいいの照り焼き 野菜の軟煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(白菜・人参)	全粥 かわいいのとろとろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(白菜・人参)	7倍粥 かわいいのとろとろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・白菜・人参) スープ
	午後 チーズカレー焼き 牛乳	じゃが芋の軟飯 麦茶	じゃが芋の軟飯 麦茶	
11(土)	朝食 カレーライス わかめスープ 牛乳ゼリー	軟飯 豚肉の軟煮(じゃが芋・玉ねぎ・人参) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	全粥 しらすと軟飯(じゃが芋・玉ねぎ・人参) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	7倍粥 しらすととろとろ煮 野菜の軟煮(じゃが芋・玉ねぎ・人参) スープ バナナ
	午後 ちんすこう 牛乳	ちんすこう 麦茶	パン粥 麦茶	
14(火)	朝食 御飯 メンチカツ風鉄板焼き 大根の中華風煮物 コンソメスープ	軟飯 ハンバーグ(豚ひき肉・豆腐・玉ねぎ・人参) 煮物(大根・人参) スープ(白菜・人参)	全粥 豆腐のとろとろ煮(玉ねぎ・人参) 軟飯(大根・人参) スープ(白菜・人参)	7倍粥 豆腐のとろとろ煮 軟飯(大根・白菜・人参) スープ
	午後 チーズかぼちゃクッキー 牛乳	チーズかぼちゃクッキー 麦茶	パン粥 麦茶	
15(水)	朝食 御飯 松風焼き もやし酢の物 みそ汁	軟飯 松風焼き スティック野菜(きゅうり・人参) スープ(鮭・小松菜)	全粥 豆腐のとろとろ煮(玉ねぎ・人参) スティック野菜(きゅうり・人参) スープ(鮭・小松菜)	7倍粥 豆腐のとろとろ煮 野菜の軟煮(小松菜・きゅうり・人参) スープ
	午後 ミートマカロニ 牛乳	マカロニの軟飯(玉ねぎ・人参) 麦茶	マカロニの軟飯(玉ねぎ・人参) 麦茶	
16(木)	朝食 御飯 かわいいの照り焼き 切干大根の旨煮 みそ汁(赤みそ)	軟飯 かわいいの照り焼き 野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(かぶ・かぶ菜・人参)	全粥 かわいいのとろとろ煮 野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(かぶ・かぶ菜・人参)	7倍粥 かわいいのとろとろ煮 野菜の軟煮(かぶ・玉ねぎ・人参) スープ
	午後 きのこおにぎり 牛乳	軟飯(人参) 麦茶	全粥(人参) 麦茶	

	完了食	後期食	中期食	初期食
17(金)	朝食 天津飯 きのこのスープ りんご	軟飯 鶏肉の照り焼き スープ(玉ねぎ・人参) りんご	全粥 豆腐のとろとろ煮 スープ(玉ねぎ・人参) りんご	7倍粥 豆腐のとろとろ煮 野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ
	午後 さつまいもの食べ比べ 牛乳	さつまいもの食べ比べ 麦茶	さつまいもの軟飯 麦茶	
18(土)	朝食 けんちんうどん さつまいもの煮物 バナナ	けんちんうどん(鶏肉・大根・人参) さつまいもの軟飯 バナナ	とろとろうどん(しらすと・大根・人参) さつまいもの軟飯 バナナ	とろとろうどん(かわいい・大根・人参) さつまいもの軟飯 バナナ
	午後 おにぎり(鮭) 牛乳	鮭ごま軟飯 麦茶	全粥(人参) 麦茶	
20(月)	朝食 御飯 マーボー豆腐 切り干しナポリタン みそ汁	軟飯 豆腐の軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ・人参)	全粥 豆腐の軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ・人参)	7倍粥 豆腐の軟飯 野菜の軟煮(チンゲン菜・玉ねぎ・人参) スープ
	午後 ラスク(きな粉) 牛乳	ラスク(きな粉) 麦茶	パン粥 麦茶	
21(火)	朝食 御飯 さげのみそ焼き れんこんサラダ 鶏汁	軟飯 かわいいの照り焼き 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	全粥 かわいいのとろとろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 かわいいのとろとろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ
	午後 揚げいもち 牛乳	じゃが芋の軟飯 麦茶	じゃが芋の軟飯 麦茶	
22(水)	朝食 秋野菜カレーライス コンソメスープ フルーツヨーグルト	軟飯 豚肉と野菜の軟煮(さつまいも・なす・玉ねぎ・人参) スープ(白菜・人参) バナナ	全粥 しらすと野菜の軟煮(さつまいも・なす・玉ねぎ・人参) スープ(白菜・人参) バナナ	7倍粥 しらすととろとろ煮 野菜の軟煮(さつまいも・白菜・人参) バナナ
	午後 おにぎり(塩昆布とおかか) 牛乳	軟飯(人参) 麦茶	全粥(人参) 麦茶	
23(木)	朝食 御飯 酢豚 かぼちゃサラダ 中華スープ	軟飯 鶏肉と野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(かぼちゃ・きゅうり) スープ(小松菜・人参)	全粥 豆腐の軟飯(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(かぼちゃ・きゅうり) スープ(小松菜・人参)	7倍粥 豆腐のとろとろ煮 野菜の軟飯(かぼちゃ・小松菜・人参) スープ
	午後 おやつ焼きそば 牛乳	やわらか焼きそば(キャベツ・人参) 麦茶	やわらかうどん(キャベツ・人参) 麦茶	
24(金)	朝食 御飯 肉じゃが キャベツの胡麻マヨネーズあえ みそ汁	軟飯 肉じゃが(豚ひき肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(大根・人参)	全粥 しらすと軟飯(じゃが芋・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(大根・人参)	7倍粥 しらすととろとろ煮 野菜の軟煮(大根・キャベツ・人参) スープ
	午後 キャロットスコーン 牛乳	キャロットスコーン 麦茶	パン粥 麦茶	
25(土)	朝食 ブルコギ丼 みそ汁 りんごゼリー	軟飯 豚肉の軟飯(玉ねぎ・人参) スープ(キャベツ・人参) バナナ	全粥 豆腐の軟飯(玉ねぎ・人参) スープ(キャベツ・人参) バナナ	7倍粥 豆腐の軟飯 野菜の軟煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ バナナ
	午後 パンケーキ 牛乳	パンケーキ 麦茶	パン粥 麦茶	
27(月)	朝食 ミートスパゲティ コロコロチーズサラダ コンソメスープ	やわらかスパゲティ(豚ひき肉・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(大根・人参・きゅうり) スープ(ほうれん草・玉ねぎ・人参)	全粥 やわらかスパゲティ(しらすと・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(大根・人参・きゅうり) スープ(ほうれん草・玉ねぎ・人参)	7倍粥 やわらかうどん(しらすと・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(大根・人参・きゅうり) スープ
	午後 人参おにぎり 牛乳	軟飯(人参) 麦茶	全粥(人参) 麦茶	
28(火)	朝食 御飯 豚肉のスタミナ焼き もやし中華サラダ(かにかま抜き) みそ汁	軟飯 豚肉の軟飯(キャベツ・玉ねぎ・人参) 野菜スティック(きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	全粥 豆腐の軟飯(玉ねぎ・人参) 野菜スティック(きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 豆腐のとろとろ煮 野菜の軟飯(キャベツ・きゅうり・人参) スープ
	午後 芋けんぴ風 牛乳	芋けんぴ風 麦茶	さつまいもの軟飯 麦茶	
29(水)	朝食 御飯 鶏のから揚げ ポテトサラダ みそ汁	軟飯 鶏肉の照り焼き 野菜の軟煮(じゃが芋・きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	全粥 かわいいのとろとろ煮 野菜の軟煮(じゃが芋・きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 かわいいのとろとろ煮 野菜の軟飯(じゃが芋・きゅうり・人参) スープ
	午後 りんごケーキ 牛乳	りんごケーキ 麦茶	パン粥 麦茶	
30(木)	朝食 御飯 厚揚げのカレーあんかけ キャベツのツナサラダ 中華スープ	軟飯 豚肉と野菜の軟飯(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり) スープ(白菜・人参)	全粥 しらすと野菜の軟飯(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり) スープ(白菜・人参)	7倍粥 しらすととろとろ煮 野菜の軟飯(キャベツ・白菜・人参) スープ
	午後 シュガートースト 牛乳	シュガートースト 麦茶	パン粥 麦茶	
31(金)	朝食 きのこ御飯 タラののみそマヨ焼き かぼちゃのそぼろあんかけ みそ汁(赤みそ)	軟飯(人参) タラの照り焼き かぼちゃの軟飯 スープ(なす・玉ねぎ・人参)	全粥(人参) 豆腐のとろとろ煮 かぼちゃの軟飯 スープ(なす・玉ねぎ・人参)	7倍粥 豆腐のとろとろ煮 かぼちゃの軟飯 野菜の軟飯(かぼちゃ・玉ねぎ・人参) スープ
	午後 ハロウィンモンブランケーキ(マシュマロ・ココアパウダー抜き) 牛乳	マシュマロ・ココアパウダー抜き 麦茶	さつまいもの軟飯 麦茶	

※野菜スティックが毎日 つきます  
※中期食の鶏ひき肉は鶏ささみのひき肉です。