

2022年 10月の離乳食予定献立表

さくらんぼ保育園

曜日	日	準備期 (5ヵ月)	前期 (6ヵ月)	中期 (7~8ヵ月)	後期 (9~11ヵ月)	午後おやつ
月	3		野菜スープ	おかゆ スープ(玉葱)	<ul style="list-style-type: none"> ・中期食と同じ献立 ・11ヵ月より味をつけていく ・後期食以降のスープは2種類の野菜で作ります 	中期・後期： 野菜おじや
	17	野菜スープ	つぶしかゆ	人参とじゃがいもの煮ひたし		
	31	おもゆ	野菜のうらごし (人参 じゃがいも 玉葱)	カレーのくたくた煮 キャベツの煮ひたし		
火	4	野菜スープ	野菜スープ	おかゆ スープ(小松菜)		中期・後期： りんごのコンポ ート
	18	おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも 小松菜)	人参とさつまいもの煮ひたし タラのくたくた煮 玉葱の煮ひたし		
水	5	野菜スープ	野菜スープ	おかゆ スープ(大根)	豚ひき肉と玉葱の肉団子	中期・後期： おかし
	19	おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも 大根)	人参とさつまいもの煮ひたし メルルーサのくたくた煮 小松菜の煮ひたし		
木	6	野菜スープ	野菜スープ	おかゆ スープ(小松菜)		中期・後期： 野菜おやき
	20	おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 じゃがいも 小松菜)	人参とじゃがいもの煮ひたし カレーのくたくた煮 玉葱の煮ひたし 豆腐の煮ひたし		
金	7	野菜スープ	野菜スープ	おかゆ スープ(玉葱)		中期・後期： さつまいもの茶巾
	21	おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも 玉葱)	人参とさつまいもの煮ひたし タラのくたくた煮 (7日：キャベツ、21日：かぶ)の煮ひたし		
土	8	野菜スープ	野菜スープ	おじや (人参 玉葱 ブロッコリー)		中期・後期： おかし
	22	おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 玉葱 ブロッコリー)	豆腐の煮ひたし		
月	10	野菜スープ	野菜スープ	おかゆ スープ(キャベツ)		中期・後期： 野菜おじや
	24	おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 じゃがいも キャベツ)	人参とじゃがいもの煮ひたし カレーのくたくた煮 大根の煮ひたし		
火	11	野菜スープ	野菜スープ	おかゆ スープ(小松菜)		中期・後期： りんごとさつま いもの重ね煮
	25	おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも 小松菜)	人参とさつまいもの煮ひたし タラのくたくた煮 大根の煮ひたし		
水	12	野菜スープ	野菜スープ	おかゆ スープ(玉葱)	豚ひき肉と玉葱の肉団子	中期・後期： おかし
	26	おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 じゃがいも 玉葱)	人参とじゃがいもの煮ひたし カレーのくたくた煮 ブロッコリーの煮ひたし		
木	13	野菜スープ	野菜スープ	おかゆ スープ(小松菜)		中期・後期： 野菜おじや
	27	おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも 小松菜)	人参とさつまいもの煮ひたし メルルーサのくたくた煮 玉葱の煮ひたし 豆腐の煮ひたし		
金	14	野菜スープ	野菜スープ	おかゆ スープ(玉葱)		中期・後期： じゃがいもおやき
	28	おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 じゃがいも キャベツ)	人参とじゃがいもの煮ひたし カレーのくたくた煮 キャベツの煮ひたし		
土	1	野菜スープ	野菜スープ	おじや (人参 じゃがいも 玉葱)		中期・後期： おかし
	15	おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 じゃがいも 玉葱)	豆腐の煮ひたし		

*後期食……11ヵ月になったら味付けていきます。

1週目:塩味 2週目:しょうゆ味 3週目:味噌味 4週目:幼児食も少しずつ食べていきます。

*おやつ……中期食は、午後1回です。後期食は、午前と午後の2回です。

