

2025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	前 期 (6ヶ月)	中 期 (7～8ヵ月)	後 期 (9～11ヵ月)	午後おやつ
月	13 27	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャがいも キャベツ)	おかゆ スープ(玉葱) 人参とじゃがいもの煮ひたし タラのくたくた煮 キャベツの煮ひたし	・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種類の野菜で作る	中期・後期： 野菜おやき
火	14 28	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも チンゲン菜)	おかゆ スープ(チンゲン菜) 人参とさつまいもの煮ひたし カレイのくたくた煮 玉葱の煮ひたし	豚ひき肉と玉葱の肉団子	中期・後期： さつまいもスティック
水	1 15 29	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも 玉葱)	おかゆ スープ(玉葱) 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		中期・後期： おかし
木	2 16 30	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャがいも 小松菜)	おかゆ スープ(2,30日：小松菜、16日：玉葱) 人参とじゃがいもの煮ひたし タラのくたくた煮 煮ひたし (2,30日：大根、16日：キャベツ)		中期・後期： 野菜おやき
金	3 17 31	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャがいも かぼちゃ)	おかゆ スープ(玉葱) 人参とじゃがいもの煮ひたし カレイのくたくた煮 かぼちゃの煮ひたし 17,31日：豆腐の煮ひたし		中期・後期： 野菜おじや
土	4 18	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャがいも 玉葱)	おじや (人参 ジャがいも 玉葱) 豆腐の煮ひたし		中期・後期： おかし
月	6 20	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも 大根)	おかゆ スープ(玉葱) 人参とさつまいもの煮ひたし メルルーサのくたくた煮 大根の煮ひたし 豆腐の煮ひたし		中期・後期： おかし
火	7 21	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャがいも かぼちゃ)	おかゆ スープ(小松菜) 人参とじゃがいもの煮ひたし タラのくたくた煮 かぼちゃの煮ひたし		中期・後期： 野菜おやき
水	8 22	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャがいも キャベツ)	おかゆ スープ(キャベツ) 人参とじゃがいもの煮ひたし カレイのくたくた煮 玉葱の煮ひたし	豚ひき肉と玉葱の肉団子	中期・後期： 野菜おじや
木	9 23	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも かぶ)	おかゆ スープ(玉葱) 人参とさつまいもの煮ひたし メルルーサのくたくた煮 かぶの煮ひたし		中期・後期： さつまいもの茶巾
金	10 24	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャがいも 玉葱)	おかゆ スープ(キャベツ) 人参とじゃがいもの煮ひたし タラのくたくた煮 玉葱の煮ひたし		中期・後期： 野菜おじや
11 うんどうかい (土曜保育はありません。)						
土	25	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャがいも 玉葱)	おじや (人参 ジャがいも ブロッコリー) 豆腐の煮ひたし		中期・後期： おかし

*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。

