



2025年度 10月 離乳食献立予定表 まなざし保育園



日	曜日	初期食	中期食	おやつ	後期食	おやつ	完了期食	おやつ
1	水	10倍粥 スープ	ツナとにんじんの旨煮丼		ツナとにんじんの旨煮丼		チキンカレー 豆サラダ	
27	月	高野豆腐とにんじんペースト	キャベツのサラダ	パン粥	キャベツのサラダ	パンスティック	ジュリアンヌスープ	パンスティック
2	木	10倍粥 スープ	7倍粥 かぼちゃのみそ汁	ほくほく	軟飯 かぼちゃのみそ汁	おさつスティック	ごはん 牛とかぼちゃの甘辛炒め	おさつスティック
16		高野豆腐とかぼちゃペースト	ささみとかぶの煮物	さつまいも	ささみとかぶの煮物		かぶサラダ のっぺい汁	
3	金	10倍粥 鯛ペースト	7倍粥 こねぎのみそ汁	おふの甘煮	軟飯 こねぎのみそ汁	おふのラスク	栗ごはん 鯖の西京焼き	うどんぎょうざ
24		大根ペースト	鯛と大根の煮物		鯛と大根の煮物		大根サラダ 冬瓜のみそ汁	
4	土	10倍粥 スープ	かぼちゃのおかゆ	あかちゃん	かぼちゃのおかゆ	あかちゃん	食パン 鶏ののり塩パン粉焼き	あかちゃんせんべい
		白身魚と小松菜ペースト	白身魚と野菜の煮込み	せんべい	白身魚と野菜の煮込み	せんべい	にんじんサラダ ジャーマンスープ	
6	月	10倍粥 豆腐ペースト	豆腐と白菜のみそ煮丼		豆腐と白菜のみそ煮丼		すき焼き丼 コロコロサラダ	お月見おさつボール
20		白菜ペースト	きゅうりサラダ	さつまいも団子	きゅうりサラダ	さつまいも団子	きのこのみそ汁	
7	火	10倍粥 鯛ペースト	7倍粥 にんじんのみそ汁	小松菜粥	軟飯 にんじんのみそ汁	小松菜ごはん	ごはん かつおステーキ	ココアケーキ
21		ほうれんそうペースト	鯛とほうれんそうの煮物		鯛とほうれんそうの煮物		納豆和え 厚揚げのみそ汁	
8	水	10倍粥 スープ	ささみとコーンのうどん	パン粥	ささみとコーンのうどん	パンスティック	ほうとう風みそうどん	パンスティック
22		高野豆腐と小松菜ペースト	小松菜サラダ		小松菜サラダ		つくね 小松菜とハムのサラダ	
9	木	10倍粥 豆腐ペースト	7倍粥 かぶのみそ汁	ほくほく	軟飯 かぶのみそ汁	スティックポテト	ごはん 照り焼きハンバーグ	ミートソース
30		かぶペースト	豆腐とたまねぎの煮物	ポテト	豆腐とたまねぎの煮物		ポテトチーズサラダ かぶのみそ汁	スパゲティ
10	金	しらす粥 スープ	7倍粥 大根のみそ汁	にんじんと白菜	軟飯 大根のみそ汁	にんじんと白菜	ごはん わかめとしらすの酢の物	クッキー
31		にんじんペースト	しらすとにんじんの煮物	のにゅうめん	しらすとにんじんの煮物	のにゅうめん	豚バラ大根 おふと白菜のみそ汁	
11	土	10倍粥 スープ	かぼちゃのおかゆ	あかちゃん	かぼちゃのおかゆ	あかちゃん	ごはん 鮭のバターポン酢焼き	ゼリー
25		白身魚と小松菜ペースト	白身魚と野菜の煮込み	せんべい	白身魚と野菜の煮込み	せんべい	ゆかり和え にんじんとわかめのみそ汁	
14	火	10倍粥 スープ	7倍粥 たまねぎのみそ汁	じゃがいもの	軟飯 たまねぎのみそ汁	じゃがいもの	ごはん 豚とじゃがいものみそ炒め	パンプキンパイ
		高野豆腐とたまねぎペースト	ささみとにんじんの煮物	甘辛煮	ささみとにんじんの煮物	甘辛煮	レタスサラダ 大根のみそ汁	
15	水	10倍粥 豆腐ペースト	7倍粥 わかめのみそ汁	たまねぎリゾット	軟飯 わかめのみそ汁	たまねぎリゾット	ごはん 鶏肉の甘酢あんかけ	肉まん風蒸しパン
29		大根ペースト	豆腐と大根の煮物		豆腐と大根の煮物		華風漬け わかめとコーンのスープ	
17	金	じゃがいもペースト	パン粥 コーンのスープ	にんじん粥	パンスティック コーンのスープ	にんじんごはん	ツナサンド コーンポタージュ	ツナと塩昆布のおにぎり
		豆腐ペースト にんじんペースト	豆腐とじゃがいものみそ煮		豆腐とじゃがいものみそ煮		豚とたまねぎのケチャップソテー	
23	木	10倍粥 豆腐ペースト	7倍粥 ほうれんそうのみそ汁	かぼちゃ団子	軟飯 ほうれんそうのみそ汁	かぼちゃ団子	ちらし寿司 かじきの煮付け	かぼちゃ団子
		かぼちゃペースト	豆腐とかぼちゃの煮物		豆腐とかぼちゃの煮物		かぼちゃの甘煮 お浸し お吸い物	
28	火	10倍粥 スープ	7倍粥 たまねぎのみそ汁	じゃがいもの	軟飯 たまねぎのみそ汁	じゃがいもの	ごはん にんじんサラダ	あかちゃんせんべい
		高野豆腐とたまねぎペースト	ささみとにんじんの煮物	甘辛煮	ささみとにんじんの煮物	甘辛煮	ハンバーグ じゃがいものみそ汁	

☆献立表は目安なので、お子様の様子を見ながらゆっくりと進めていきます。 ☆仕入れの関係により、食材を変更することがありますのでご了承ください。

☆おやつは中期食から始めていきます。☆初期食はすりつぶし、中期食はあらつぶしです。

☆完了期以降は幼児食のとりわけを基本とし、硬さや食材の都合で一部変更しています。

☆完了期には果物がつきます。 くだものは12月頃までに、いちご・りんご・バナナを提供する予定です。

☆マヨネーズは卵不使用の物を使用しています。

★★ 通年で提供します(完了期食～) ★★