



10月 給食献立表



令和7年

離乳食

日	曜	初期食	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)	中期食	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)	後期食	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)
1	水	10倍がゆ 豆腐のペースト にんじんのペースト ほうれんそうのペースト (どれか一つがスープになります)	絹ごし豆腐	米	にんじん ほうれんそう	水・昆布だし	7倍がゆ 鶏そぼろの野菜あんかけ ほうれんそうの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	鶏ひき肉	米・かたくり粉	たまねぎ・にんじん ほうれんそう	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ 鶏そぼろの野菜あんかけ ほうれんそうの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ ★蒸しパン	鶏ひき肉・牛乳	米・かたくり粉・薄力粉 米油・砂糖	たまねぎ・にんじん ほうれんそう	水・かつお、昆布だし しょうゆ
2	木	10倍がゆ 麩のペースト にんじんのペースト たまねぎのペースト (どれか一つがスープになります)		米・小町麩・かたくり粉	にんじん・たまねぎ	水・昆布だし	7倍がゆ ツナと野菜の煮物 たまねぎの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	ツナ缶	米・かたくり粉	にんじん・こまつな たまねぎ	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ ツナと野菜の煮物 たまねぎの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ ★おかかがゆ	ツナ缶・かつお削り節	米・かたくり粉	にんじん・こまつな たまねぎ	水・かつお、昆布だし しょうゆ
3	金	10倍がゆ カレイのペースト じゃがいものペースト ほうれんそうのペースト (どれか一つがスープになります)	カレイ	米・かたくり粉 じゃがいも	ほうれんそう	水・昆布だし	7倍がゆ カレイと野菜のほぐし煮 にんじんの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	カレイ	米・じゃがいも かたくり粉	ほうれんそう にんじん	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ カレイと野菜のほぐし煮 スティックにんじん 野菜とお出汁のスープ ★きな粉がゆ	カレイ・きな粉	米・じゃがいも かたくり粉	にんじん ほうれんそう	水・かつお、昆布だし しょうゆ
4	土	10倍がゆ 麩のペースト 大根のペースト きゅうりのペースト (どれか一つがスープになります)		米・小町麩・かたくり粉	大根・きゅうり	水・昆布だし	7倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 きゅうりの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	絹ごし豆腐	米・かたくり粉	大根・にんじん きゅうり	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 スティックきゅうり 野菜とお出汁のスープ ★ホットケーキ	絹ごし豆腐・牛乳	米・かたくり粉・薄力粉 米油・砂糖	大根・にんじん きゅうり	水・かつお、昆布だし しょうゆ
6	月	10倍がゆ 麩のペースト にんじんのペースト キャベツのペースト (どれか一つがスープになります)		米・小町麩・かたくり粉	にんじん・キャベツ	水・昆布だし	7倍がゆ 鶏そぼろの野菜あんかけ キャベツの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	鶏ひき肉	米・かたくり粉	にんじん・キャベツ ほうれんそう	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ 鶏そぼろの野菜あんかけ キャベツの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ ★ふかしさつまいも	鶏ひき肉	米・かたくり粉 さつまいも	にんじん・キャベツ ほうれんそう	水・かつお、昆布だし しょうゆ・食塩
7	火	10倍がゆ しらすのペースト こまつなのペースト にんじんのペースト (どれか一つがスープになります)	しらす干し	米	こまつな・にんじん	水・昆布だし	7倍がゆ しらすと野菜の軟らか煮 こまつなの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	しらす干し	米・かたくり粉	たまねぎ・にんじん こまつな	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ しらすと野菜の軟らか煮 こまつなの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ ★きな粉ホットケーキ	しらす干し・きな粉・牛乳	米・かたくり粉・薄力粉 米油・砂糖	にんじん・こまつな たまねぎ	水・かつお、昆布だし ベーキングパウダー しょうゆ
8	水	10倍がゆ 豆腐のペースト たまねぎのペースト ほうれんそうのペースト (どれか一つがスープになります)	絹ごし豆腐	米	たまねぎ ほうれんそう	水・昆布だし	7倍がゆ ツナと野菜の煮物 きゅうりの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	ツナ缶	米・じゃがいも かたくり粉	たまねぎ・きゅうり	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ ツナと野菜の煮物 スティックきゅうり 野菜とお出汁のスープ ★ほうれんそう入りがゆ	ツナ缶	米・じゃがいも かたくり粉	たまねぎ・にんじん ほうれんそう	水・かつお、昆布だし しょうゆ
9	木	10倍がゆ カレイのペースト こまつなのペースト キャベツのペースト (どれか一つがスープになります)	カレイ	米・かたくり粉	こまつな・キャベツ	水・昆布だし	7倍がゆ ますと野菜のほぐし煮 キャベツの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	ます	米・かたくり粉	にんじん・こまつな キャベツ	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ ますと野菜のほぐし煮 キャベツの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ ★蒸しパン	ます・牛乳	米・かたくり粉・薄力粉 米油・砂糖	にんじん・こまつな キャベツ	水・かつお、昆布だし ベーキングパウダー しょうゆ
10	金	10倍がゆ 豆腐のペースト にんじんのペースト たまねぎのペースト (どれか一つがスープになります)	絹ごし豆腐	米	にんじん・たまねぎ	水・昆布だし	7倍がゆ 鶏ひき肉と野菜のトロトロ煮 こまつなの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	鶏ひき肉	米・かたくり粉	たまねぎ・にんじん こまつな	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ 鶏ひき肉と野菜のトロトロ煮 こまつなの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ ★にんじんホットケーキ	鶏ひき肉・牛乳	米・かたくり粉・薄力粉 米油・砂糖	にんじん・こまつな たまねぎ	水・かつお、昆布だし ベーキングパウダー しょうゆ
11	土	10倍がゆ 麩のペースト じゃがいものペースト トマトのペースト (どれか一つがスープになります)		米・小町麩・かたくり粉 じゃがいも	トマト	水・昆布だし	7倍がゆ 麩と野菜のとう煮 トマトの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ		米・小町麩・じゃがいも かたくり粉	たまねぎ・トマト	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ 麩と野菜のみそ煮 トマトの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ ★おかかがゆ	みそ・かつお削り節	米・小町麩・じゃがいも かたくり粉	たまねぎ・トマト	水・かつお、昆布だし しょうゆ
13	月	10倍がゆ 豆腐のペースト 大根のペースト にんじんのペースト (どれか一つがスープになります)	絹ごし豆腐	米	大根・にんじん	水・昆布だし	7倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 大根の軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	絹ごし豆腐	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・大根	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 スティック大根 野菜とお出汁のスープ ★にんじん入りがゆ	絹ごし豆腐	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ 大根	水・かつお、昆布だし しょうゆ
14	火	10倍がゆ 麩のペースト キャベツのペースト さつまいものペースト (どれか一つがスープになります)		米・小町麩・かたくり粉 さつまいも	キャベツ	水・昆布だし	7倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ にんじんの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	ささ身	米・かたくり粉	キャベツ・たまねぎ にんじん	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ スティックにんじん 野菜とお出汁のスープ ★ふかしさつまいも	ささ身	米・かたくり粉 さつまいも	キャベツ・たまねぎ にんじん	水・かつお、昆布だし しょうゆ・食塩
15	水	10倍がゆ 豆腐のペースト にんじんのペースト ほうれんそうのペースト (どれか一つがスープになります)	絹ごし豆腐	米	にんじん ほうれんそう	水・昆布だし	7倍がゆ 鶏そぼろの野菜あんかけ ほうれんそうの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	鶏ひき肉	米・かたくり粉	たまねぎ・にんじん ほうれんそう	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ 鶏そぼろの野菜あんかけ ほうれんそうの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ ★蒸しパン	鶏ひき肉・牛乳	米・かたくり粉・薄力粉 米油・砂糖	たまねぎ・にんじん ほうれんそう	水・かつお、昆布だし ベーキングパウダー しょうゆ
16	木	10倍がゆ 麩のペースト にんじんのペースト たまねぎのペースト (どれか一つがスープになります)		米・小町麩・かたくり粉	にんじん・たまねぎ	水・昆布だし	7倍がゆ ツナと野菜の煮物 たまねぎの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	ツナ缶	米・かたくり粉	にんじん・こまつな たまねぎ	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ ツナと野菜の煮物 たまねぎの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ ★おかかがゆ	ツナ缶・かつお削り節	米・かたくり粉	にんじん・こまつな たまねぎ	水・かつお、昆布だし しょうゆ



10月 給食献立表



令和7年

離乳食

日	曜	初期食	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)	中期食	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)	後期食	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)
17	金	10倍がゆ カレイのペースト じゃがいものペースト ほうれんそうのペースト (どれか一つがスープになります)	カレイ	米・かたくり粉 じゃがいも	ほうれんそう	水・昆布だし	7倍がゆ カレイと野菜のほぐし煮 にんじんの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	カレイ	米・じゃがいも かたくり粉	ほうれんそう・にんじん	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ カレイと野菜のほぐし煮 スティックにんじん 野菜とお出汁のスープ ★きな粉がゆ	カレイ・きな粉	米・じゃがいも かたくり粉	にんじん ほうれんそう	水・かつお、昆布だし しょうゆ
18	土	10倍がゆ 麩のペースト 大根のペースト きゅうりのペースト (どれか一つがスープになります)		米・小町麩・かたくり粉	大根・きゅうり	水・昆布だし	7倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 きゅうりの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	絹ごし豆腐	米・かたくり粉	大根・にんじん きゅうり	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 スティックきゅうり 野菜とお出汁のスープ ★ホットケーキ	絹ごし豆腐・牛乳	米・かたくり粉・薄力粉 米油・砂糖	大根・にんじん きゅうり	水・かつお、昆布だし ベーキングパウダー しょうゆ
20	月	10倍がゆ 麩のペースト にんじんのペースト キャベツのペースト (どれか一つがスープになります)		米・小町麩・かたくり粉	にんじん・キャベツ	水・昆布だし	7倍がゆ 鶏そぼろの野菜あんかけ キャベツの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	鶏ひき肉	米・かたくり粉	にんじん・ほうれんそう キャベツ	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ 鶏そぼろの野菜あんかけ キャベツの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ ★ふかしさつまいも	鶏ひき肉	米・かたくり粉 さつまいも	にんじん・キャベツ ほうれんそう	水・かつお、昆布だし しょうゆ・食塩
21	火	10倍がゆ しらすのペースト こまつなのペースト にんじんのペースト (どれか一つがスープになります)	しらす干し	米	こまつな・にんじん	水・昆布だし	7倍がゆ しらすと野菜の軟らか煮 こまつなの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	しらす干し	米・かたくり粉	たまねぎ・にんじん こまつな	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ しらすと野菜の軟らか煮 こまつなの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ ★きな粉ホットケーキ	しらす干し・きな粉・牛乳	米・かたくり粉・薄力粉 米油・砂糖	にんじん・こまつな たまねぎ	水・かつお、昆布だし ベーキングパウダー しょうゆ
22	水	10倍がゆ 豆腐のペースト たまねぎのペースト ほうれんそうのペースト (どれか一つがスープになります)	絹ごし豆腐	米	たまねぎ ほうれんそう	水・昆布だし	7倍がゆ ツナと野菜の煮物 きゅうりの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	ツナ缶	米・じゃがいも・かたくり粉	たまねぎ・きゅうり	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ ツナと野菜の煮物 スティックきゅうり 野菜とお出汁のスープ ★ほうれんそう入りがゆ	ツナ缶	米・じゃがいも かたくり粉	たまねぎ・きゅうり ほうれんそう	水・かつお、昆布だし しょうゆ
23	木	10倍がゆ カレイのペースト こまつなのペースト キャベツのペースト (どれか一つがスープになります)	カレイ	米・かたくり粉	こまつな・キャベツ	水・昆布だし	7倍がゆ ますと野菜のほぐし煮 キャベツの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	ます	米・かたくり粉	にんじん・こまつな キャベツ	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ ますと野菜のほぐし煮 キャベツの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ ★蒸しパン	ます・牛乳	米・かたくり粉・薄力粉 米油・砂糖	にんじん・こまつな キャベツ	水・かつお、昆布だし ベーキングパウダー しょうゆ
24	金	10倍がゆ 豆腐のペースト にんじんのペースト たまねぎのペースト (どれか一つがスープになります)	絹ごし豆腐	米	にんじん・たまねぎ	水・昆布だし	7倍がゆ 鶏ひき肉と野菜のトロトロ煮 こまつなの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	鶏ひき肉	米・かたくり粉	たまねぎ・にんじん こまつな	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ 鶏ひき肉と野菜のトロトロ煮 こまつなの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ ★にんじんホットケーキ	鶏ひき肉・牛乳	米・かたくり粉・薄力粉 米油・砂糖	にんじん・こまつな たまねぎ	水・かつお、昆布だし ベーキングパウダー しょうゆ
25	土	10倍がゆ 麩のペースト じゃがいものペースト トマトのペースト (どれか一つがスープになります)		米・小町麩・かたくり粉 じゃがいも	トマト	水・昆布だし	7倍がゆ 麩と野菜のとう煮 トマトの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ		米・小町麩・じゃがいも かたくり粉	たまねぎ・トマト	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ 麩と野菜のみそ煮 トマトの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ ★おかかがゆ	みそ・かつお削り節	米・小町麩・じゃがいも かたくり粉	たまねぎ・トマト	水・かつお、昆布だし しょうゆ
27	月	10倍がゆ 豆腐のペースト 大根のペースト にんじんのペースト (どれか一つがスープになります)	絹ごし豆腐	米	大根・にんじん	水・昆布だし	7倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 大根の軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	絹ごし豆腐	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ 大根	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 スティック大根 野菜とお出汁のスープ ★にんじん入りがゆ	絹ごし豆腐	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ 大根	水・かつお、昆布だし しょうゆ
28	火	10倍がゆ 麩のペースト キャベツのペースト さつまいものペースト (どれか一つがスープになります)		米・小町麩・かたくり粉 さつまいも	キャベツ	水・昆布だし	7倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ にんじんの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	ささ身	米・かたくり粉	キャベツ・たまねぎ にんじん	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ スティックにんじん 野菜とお出汁のスープ ★ふかしさつまいも	ささ身	米・かたくり粉 さつまいも	キャベツ・たまねぎ にんじん	水・かつお、昆布だし しょうゆ・食塩
29	水	10倍がゆ 豆腐のペースト たまねぎのペースト ほうれんそうのペースト (どれか一つがスープになります)	絹ごし豆腐	米	たまねぎ ほうれんそう	水・昆布だし	7倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 ほうれんそうの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	絹ごし豆腐	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ ほうれんそう	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 ほうれんそうの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ ★きな粉がゆ	絹ごし豆腐・きな粉	米・かたくり粉	たまねぎ・にんじん ほうれんそう	水・かつお、昆布だし しょうゆ
30	木	10倍がゆ 麩のペースト キャベツのペースト にんじんのペースト (どれか一つがスープになります)		米・小町麩・かたくり粉	キャベツ・にんじん	水・昆布だし	7倍がゆ 麩と野菜のとう煮 じゃがいもの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ		米・小町麩・かたくり粉 じゃがいも	キャベツ・にんじん	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ 麩と野菜のみそ煮 スティックじゃがいも 野菜とお出汁のスープ ★ひじき入りがゆ	みそ	米・小町麩・かたくり粉 じゃがいも	キャベツ・にんじん ひじき	水・かつお、昆布だし しょうゆ
31	金	10倍がゆ 豆腐のペースト かぼちゃのペースト ブロッコリーのペースト (どれか一つがスープになります)	絹ごし豆腐	米	かぼちゃ ブロッコリー	水・昆布だし	7倍がゆ 鶏そぼろの野菜あんかけ ブロッコリーの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ	鶏ひき肉	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ ブロッコリー	水・かつお、昆布だし	5倍がゆ 鶏そぼろの野菜あんかけ ブロッコリーの軟らか煮 野菜とお出汁のスープ ★かぼちゃ蒸しパン	鶏ひき肉・牛乳	米・かたくり粉・薄力粉 米油・砂糖	にんじん・たまねぎ かぼちゃ・ブロッコリー	水・かつお、昆布だし ベーキングパウダー しょうゆ

※食べていない食材がある場合は給食提供日までに、何回かご自宅で試して下さい。アレルギーが出た場合は速やかに担当保育士までご連絡下さい。
※都合により献立・食材を変更することがあります。