



2024年 10月度 ＜後期・完了期＞

※後期は離乳食後にお子様に合わせてミルクを飲みます。
 ※完了期は幼児食のおおよそ6割の量を目安に提供しております。
 完了期の食材は幼児期と同じものを使用しております。幼児食献立をご参照下さい。
 ※お子様の月齢や発達の状態に合わせて離乳食を進めています。
 ※お子様に合わせて、柔らかさ形状が違います。
 ※都合により献立の一部を変更する場合がございますのでご了承ください。

日にち	カミカミ期（後期 9～11か月）			パクパク期（完了期 12～17か月）		
	午前食	午後食	エネルギー (kcal)	午前食	午後食	エネルギー (kcal)
1 火	米粥～軟飯 鶏ささみのスープ煮 こまつな にんじん たまねぎ 豆腐スープ	ホットケーキ	191	マーボー丼 小松菜ともずくの和え物 コーンと卵のスープ	牛乳 ごまチーズホットケーキ	389
2 水	米粥～軟飯 たらのだし煮 にんじん だいこん きゅうり かぼちゃみそ汁	ゆでさつまいも	192	軟飯～ご飯 あじフライ 大根の梅おかか和え みそ汁	牛乳 蒸かし羊	342
3 木	米粥～軟飯 鶏ひき肉のスープ煮 じゃがいも にんじん たまねぎ キャベツスープ	ミルク粥～軟飯	264	レバー入りカレーライス コールスローサラダ パナナ	牛乳 ぶどうゼリー クラッカー	384
4 金	米粥～軟飯 高野豆腐のだし煮 にんじん たまねぎ こまつな かぼちゃみそ汁	ゆでじゃがいも	176	軟飯～ご飯 鶏肉のレモン焼き 小松菜とツナの塩昆布和え みそ汁	牛乳 焼きポテト	308
5 土	米粥～軟飯 豆腐のだし煮 にんじん じゃがいも きゅうり たまねぎみそ汁	きなこ粥～軟飯	231	軟飯～ご飯 鶏肉とピーマンの炒め ポテトサラダ みそ汁	牛乳 きなこおにぎり	369
7 月	米粥～軟飯 鶏ひき肉のだし煮 にんじん たまねぎ きゅうり なすみそ汁	マカロニきな粉	218	軟飯～ご飯 ハンバーグ れんこんサラダ みそ汁	牛乳 マカロニきなこ	377
8 火	米粥～軟飯 鶏ささみのだし煮 にんじん じゃがいも こまつな たまねぎみそ汁	やさい粥～軟飯	223	軟飯～ご飯 肉じゃが 小松菜とちくわのナムル みそ汁	牛乳 コーンごはん	329
9 水	米粥～軟飯 たらのだし煮 にんじん じゃがいも きゅうり だいこんみそ汁	ミルク粥～軟飯	247	軟飯～ご飯 さわらのカレー粉揚げ ころころサラダ みそ汁	牛乳 ちんすこう	377
10 木	米粥～軟飯 鶏ひき肉のだし煮 にんじん たまねぎ ブロッコリー 豆腐みそ汁	じゃがいも粥～軟飯	244	親子丼 ブロッコリーのおかか和え なめこ汁	牛乳 おやつコロケ	363
11 金	米粥～軟飯 たらのだし煮 にんじん たまねぎ こまつな キャベツみそ汁	さつまいも蒸しパン	189	軟飯～ご飯 さばの塩麹焼き ひじき煮 みそ汁 りんご	牛乳 さつま芋蒸しパン	355
12 土	米粥～軟飯 豆腐のだし煮 にんじん キャベツ たまねぎ じゃがいもみそ汁	みそ粥～軟飯	228	軟飯～ご飯 肉豆腐 春雨サラダ みそ汁	牛乳 ゆかりおにぎり	354
15 火	米粥～軟飯 鶏ささみのだし煮 たまねぎ きゅうり にんじん 豆腐みそ汁	にんじんケーキ	186	軟飯～ご飯 ポークケチャップ ポテトサラダ みそ汁	牛乳 にんじんケーキ	348
16 水	米粥～軟飯 鮭のだし煮 にんじん たまねぎ きゅうり じゃがいもみそ汁	食パンスティック	211	軟飯～ご飯 鮭の照り焼き 根菜のうま煮 みそ汁 パナナ	牛乳 りんごジャムサンド	356
17 木	米粥～軟飯 鶏ささみのスープ煮 にんじん ほうれんそう キャベツ たまねぎスープ	昆布だし粥～軟飯	209	スパゲティミートソース コールスローサラダ コンソメスープ	牛乳 塩こんぶおにぎり	328
18 金	米粥～軟飯 鶏ささみのだし煮 にんじん さつまいも たまねぎ 豆腐すまし汁	ミルク粥～軟飯	287	軟飯～ご飯 鶏肉の三味焼き 卵の花 かきたま汁	牛乳 芋ようかん	368
19 土	米粥～軟飯 豆腐のだし煮 にんじん キャベツ さつまいも たまねぎみそ汁	昆布だし粥～軟飯	241	焼きそば 小松菜とコーンのごま和え みそ汁	牛乳 おかかおにぎり	334
21 月	米粥～軟飯 鶏ささみのだし煮 にんじん きゅうり かぼちゃ たまねぎみそ汁	みそ粥～軟飯	223	軟飯～ご飯 鶏天 スパゲティサラダ みそ汁	牛乳 五平餅	388
22 火	米粥～軟飯 鶏ひき肉のだし煮 にんじん キャベツ さつまいも たまねぎみそ汁	ミルク粥～軟飯	281	軟飯～ご飯 家常豆腐 さつまいもの甘煮 みそ汁	牛乳 カルシウムヨーグルト クラッカー	404
23 水	米粥～軟飯 たらのだし煮 にんじん キャベツ たまねぎ 豆腐みそ汁	ゆでじゃがいも	163	軟飯～ご飯 さばの塩焼き 炒り豆腐 みそ汁	牛乳 インドサモサ	358
24 木	米粥～軟飯 鶏ささみのだし煮 にんじん たまねぎ じゃがいも こまつなみそ汁	プレーン蒸しパン	186	きのこカレー 小松菜ともずくの和え物 和風スープ	牛乳 たまご蒸しパン	401
25 金	米粥～軟飯 たらのだし煮 にんじん ほうれんそう はくさい さつまいもみそ汁	にんじん粥～軟飯	229	軟飯～ご飯 あじの竜田揚げ 三色野菜のり和え みそ汁	牛乳 おやつピラフ	349
26 土	米粥～軟飯 おふのだし煮 にんじん キャベツ じゃがいも たまねぎみそ汁	ミルク粥～軟飯	253	軟飯～ご飯 生揚げの肉みそ煮 キャベツのゆかり和え みそ汁	牛乳 あんぱん	343
28 月	米粥～軟飯 鶏ひき肉のだし煮 にんじん ブロッコリー じゃがいも たまねぎみそ汁	ゆでさつまいも	212	軟飯～ご飯 十和田バラ焼き風 ブロッコリーとひじきのサラダ みそ汁	牛乳 大学羊	374
29 火	米粥～軟飯 鶏ささみのだし煮 にんじん たまねぎ じゃがいも こまつなみそ汁	昆布だし粥～軟飯	219	軟飯～ご飯 肉じゃが 小松菜のごま和え みそ汁	牛乳 おやつチャーハン	345
30 水	米粥～軟飯 鮭のだし煮 にんじん たまねぎ じゃがいも 豆腐みそ汁	のり粥～軟飯	235	軟飯～ご飯 鮭の照り焼き 切り昆布とじゃがいもの煮物 豆腐のぐず汁 りんご	牛乳 海苔むすび	333
31 木	米粥～軟飯 鶏ひき肉のスープ煮 にんじん キャベツ たまねぎ 豆腐スープ	きなこ粥～軟飯	232	ピーンズドライカレー ツナサラダ わかめスープ	牛乳 豆腐ドーナツ	391
遠足	米粥～軟飯 鶏ひき肉のスープ煮 にんじん ブロッコリー さつまいも たまねぎスープ	プレーンヨーグルト 赤ちゃんビスケット	238	おにぎり(わかめ、しらす・ごま)、鶏のから揚げ、ゆでブロッコリー、スティックにんじん、蒸かし羊、オレンジ	牛乳 ヨーグルトジャム添え ごまビスケット	447

後期 給与栄養目標量(エネルギー)／kcal 220

完了期 給与栄養目標量(エネルギー)／kcal 360