

10 月 の 献 立

日	曜	離乳食名
1	水	じゃが芋のそぼろ煮 野菜の旨煮、味噌汁
2	木	じゃが芋のそぼろ煮 キャベツの旨煮、味噌汁
3	金	魚のおろし煮、きゅうりの旨煮 味噌汁
4	土	かぼちゃのそぼろ煮、野菜の旨煮 味噌汁
6	月	じゃが芋とツナの煮物 大根の旨煮、味噌汁
7	火	キャベツとしらすの煮物 かぼちゃの甘煮、味噌汁
8	水	煮魚、ほうれん草の旨煮、味噌汁
9	木	ブロッコリーとツナの煮物 さつま芋の甘煮、味噌汁
10	金	じゃが芋のそぼろ煮、野菜の旨煮 味噌汁
11	土	キャベツとしらすの煮物 かぼちゃの旨煮、味噌汁
14	火	豆腐の野菜あんかけ きゅうりの煮物、味噌汁
15	水	さつま芋とツナの煮物 キャベツの旨煮、味噌汁
16	木	マーボー豆腐、ほうれん草の煮物 味噌汁
17	金	魚のおろし煮、レタスの旨煮 味噌汁
18	土	じゃが芋のそぼろ煮、野菜の旨煮 うどん汁
20	月	キャベツとしらすの煮物 さつま芋の甘煮、豆汁
21	火	じゃが芋とツナの煮物 キャベツの旨煮、味噌汁
22	水	レタスとしらすの煮物 かぼちゃの甘煮、味噌汁
23	木	さつま芋のそぼろ煮、野菜の旨煮 味噌汁
24	金	キャベツとツナのトマト煮 じゃが芋の煮物、味噌汁
25	土	大根としらすの煮物 さつま芋の甘煮、味噌汁
27	月	煮魚、きゅうりの旨煮、味噌汁
28	火	さつま芋とツナの煮物 野菜の旨煮、味噌汁
29	水	豆腐の野菜あんかけ かぼちゃの甘煮、味噌汁
30	木	大根としらすの煮物 じゃが芋の旨煮、味噌汁
31	金	かぼちゃのそぼろ煮 キャベツの旨煮、味噌汁