令和7年10月　離乳食だより

2025年10月

常盤学園保育所

日付	時間帯	完了期	後期	中期	初期
17(金)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 鶏肉のケチャップ和え ごぼうサラダ 玉葱の味噌汁	5倍かゆ ささみやわらか煮・後 煮びたし(玉葱)・後 味噌汁(じゃが・たま)・後 ミルク・後	7倍かゆ ささみやわらか煮・中 煮びたし(玉葱)・中 味噌汁(じゃが・たま)・中 ミルク・中	10倍かゆ 炊き合わせ(玉葱・凍)・初 じゃが芋・玉ねぎの汁物・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんごとさつま芋の重ね煮・離 お子様せんべい(1枚)・離	ミルク・後 りんごとさつま芋の重ね煮・離 お子様せんべい(1枚)・離	ミルク・中 りんごとさつま芋の重ね煮・離 お子様せんべい(1枚)・離	ミルク・初 りんご煮
18(土)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 豚肉と野菜の旨煮 わかめときのこのすまし汁	5倍かゆ 豆腐の野菜あんかけ(キャベツ)・後 すまし汁・後 ミルク・後	7倍かゆ 豆腐の野菜あんかけ(キャベツ)・中 すまし汁・中 ミルク・中	10倍かゆ 豆腐の野菜あんかけ・初 すまし汁・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・後 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・中 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・初 りんご煮
20(月)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん クリームシチュー まっくろくろすけサラダ	5倍かゆ クリームシチュー・後 煮びたし(きゅうり)・後 ミルク・後	7倍かゆ クリームシチュー・中 煮びたし(きゅうり)・中 ミルク・中	10倍かゆ 吉野煮(じゃがいも)・初 玉ねぎの汁物・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 おやき(人参・玉ねぎ)・離	ミルク・後 りんご煮 おやき(人参・玉ねぎ)・離	ミルク・中 りんご煮 おやき(人参・玉ねぎ)・離	ミルク・初 りんご煮
21(火)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 煮魚 チンゲン菜のお浸し 豆腐の味噌汁	5倍かゆ 白身魚の煮付け・後 煮びたし(チンゲン菜)・後 味噌汁(豆腐)・後 ミルク・後	7倍かゆ 白身魚の煮付け・中 煮びたし(チンゲン菜)・中 味噌汁(豆腐)・中 ミルク・中	10倍かゆ 白身魚の煮付け・初 煮びたし(チンゲン菜)・初 豆腐の汁物・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 にんじんゼリー・離 ハイハイン　プレーン(1個)・離	ミルク・後 にんじんゼリー・離 ハイハイン　プレーン(1個)・離	ミルク・中 にんじんゼリー・離 ハイハイン　プレーン(1個)・離	ミルク・初 りんご煮
22(水)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 凍豆腐の中華炒め煮 玉葱と青ねぎのスープ	5倍かゆ 凍豆腐の煮物・後 野菜スープ・後 ミルク・後	7倍かゆ 凍豆腐の煮物・中 野菜スープ・中 ミルク・中	10倍かゆ 凍豆腐の煮物・初 野菜スープ・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・後 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・中 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・初 りんご煮
23(木)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 南瓜の鶏肉炒り煮 春雨のすまし汁	5倍かゆ 炊き合わせ(南瓜・豚肉)・後 春雨スープ・後 ミルク・後	7倍かゆ 炊き合わせ(南瓜・豚肉)・中 春雨スープ・中 ミルク・中	10倍かゆ 炊き合わせ(南瓜・凍豆腐)・初 春雨スープ・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんごとにんじんの重ね煮・離 お子様せんべい(1枚)・離	ミルク・後 りんごとにんじんの重ね煮・離 お子様せんべい(1枚)・離	ミルク・中 りんごとにんじんの重ね煮・離 お子様せんべい(1枚)・離	ミルク・初 りんご煮
24(金)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 豚肉のかりん揚げ 和風サラダ 味噌汁	5倍かゆ 旨煮(豚)・後 味噌汁(青菜)・後 ミルク・後	7倍かゆ 旨煮(豚)・中 味噌汁(青菜)・中 ミルク・中	10倍かゆ 吉野煮(じゃがいも)・初 青菜の汁物・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 おやき(じゃが芋)・離	ミルク・後 りんご煮 おやき(じゃが芋)・離	ミルク・中 りんご煮 おやき(じゃが芋)・離	ミルク・初 りんご煮
25(土)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 鶏肉の野菜炒め 豆腐のすまし汁	5倍かゆ 炊き合わせ(キャベツ)・後 スープ・後 ミルク・後	7倍かゆ 炊き合わせ(キャベツ)・中 スープ・中 ミルク・中	10倍かゆ 炊き合わせ(キャベツ・凍豆)・初 スープ・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・後 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・中 りんご煮 ふかし芋・離	ミルク・初 りんご煮
27(月)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん カレー フレンチサラダ	5倍かゆ 吉野煮(たまねぎ)・後 味噌汁(キャ・玉)・後 ミルク・後	7倍かゆ 吉野煮(たまねぎ)・中 味噌汁(キャ・玉)・中 ミルク・中	10倍かゆ 吉野煮(たまねぎ)・初 きゃべつの汁物・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 かぼちゃゼリー・離 ハイハイン　プレーン(1個)・離	ミルク・後 かぼちゃゼリー・離 ハイハイン　プレーン(1個)・離	ミルク・中 かぼちゃゼリー・離 ハイハイン　プレーン(1個)・離	ミルク・初 りんご煮
28(火)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 豚肉の味噌焼き ひじきの煮付け 玉ねぎのすまし汁	5倍かゆ 野菜のやわらか煮・後 すまし汁・後 ミルク・後	7倍かゆ 野菜のやわらか煮・中 すまし汁・中 ミルク・中	10倍かゆ 野菜のやわらか煮(キャベツ・じ)初 すまし汁・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 蒸しパン・離	ミルク・後 りんご煮 蒸しパン・離	ミルク・中 りんご煮 蒸しパン・離	ミルク・初 りんご煮
29(水)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん おでん 野菜味噌汁	5倍かゆ おでん・後 味噌汁(キャ・玉)・後 ミルク・後	7倍かゆ おでん・中 味噌汁(キャ・玉)・中 ミルク・中	10倍かゆ おでん(とうふ)・初 きゃべつの汁物・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 ホットケーキ・離	ミルク・後 りんご煮 ホットケーキ・離	ミルク・中 りんご煮 ホットケーキ・離	ミルク・初 りんご煮
30(木)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん チャプチェ 豆腐と野菜のスープ	5倍かゆ 野菜のやわらか煮(玉葱)・後 豆腐のすまし汁・後 ミルク・後	7倍かゆ 野菜のやわらか煮(玉葱)・中 豆腐のすまし汁・中 ミルク・中	10倍かゆ 野菜のやわらか煮(玉葱凍豆)・初 豆腐の汁物・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんご煮 おやき(コーン)・離	ミルク・後 りんご煮 おやき(コーン)・離	ミルク・中 りんご煮 おやき(コーン)・離	ミルク・初 りんご煮
31(金)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ごはん 鶏肉のケチャップ和え きゃべつのナムル 玉葱の味噌汁	5倍かゆ ささみやわらか煮・後 煮びたし(キャベツ)・後 味噌汁(玉ねぎ)・後 ミルク・後	7倍かゆ ささみやわらか煮・中 煮びたし(キャベツ)・中 味噌汁(玉ねぎ)・中 ミルク・中	10倍かゆ 炊き合わせ(キャベツ・凍豆)・初 玉ねぎの汁物・初 ミルク・初
	午後おやつ	牛乳 りんごとさつま芋の重ね煮・離 お子様せんべい(1枚)・離	ミルク・後 りんごとさつま芋の重ね煮・離 お子様せんべい(1枚)・離	ミルク・中 りんごとさつま芋の重ね煮・離 お子様せんべい(1枚)・離	ミルク・初 りんご煮