

2026年

10月

幼児食 献立表

					1(木)	2(金)	3(土)
朝おやつ					牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい
昼食	★マークのある献立は旬の食材を使用しています				御飯、★里芋と油揚げのみそ汁、魚のコーンマヨネーズ焼き、ほうれん草のごま和え、★梨	バターチキンカレー、キャロットラペ風サラダ、フルーツポンチ	野菜そぼろ丼、★じゃがいものみそ汁、きゅうりとわかめの酢の物
昼おやつ					麦茶、コーンフレーククッキー	牛乳、★きな粉ポテト	牛乳、黒糖ごま蒸しパン
	4(日)	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
朝おやつ	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい
昼食	五目ビーフン、中華卵スープ、バナナ	御飯、ほうれんそうのすまし汁、★鶏肉のりんごみそ焼き、ピーマンのごま炒め	★きのご御飯、★かぼちゃのみそ汁、★さけの塩焼き、こまつなの磯あえ	コッペパン、★コンソメスープ、★たっぷり野菜のチーズグラタン、オレング	御飯、なすのみそ汁、和風あんかけミートボール、★キャベツとチンゲン菜のサラダ	御飯、こまつなのみそ汁、魚の竜田揚げ、★ぐる煮(高知県の郷土料理)	★キャベツの中華丼、豆腐とだいこんのみそ汁、パイン缶
昼おやつ	牛乳、ホットケーキ	牛乳、サーターアンダギー	牛乳、★スイートポテト	麦茶、焼きおにぎり	麦茶、豆乳パンナコッタ	牛乳、きなこ蒸しパン	牛乳、★かぼちゃのいとこ煮
	11(日)	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
朝おやつ	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい
昼食	御飯、★中華スープ、マーボーなす	ツナとトマトのスパゲッティ、★チキンポテトスープ	御飯、★里芋とわかめみそ汁、さつま揚げ、納豆あえ	★さつまいも御飯、はくさいとあさりのみそ汁、鶏肉の照り焼き、はるさめの酢の物	ベッパライス風ごはん、★クリームコンスープ、ごぼうのサラダ、★梨	御飯、★じゃがいものすまし汁、★さけの西京焼き、ブロッコリーのおかか和え、バナナ	御飯、★豆腐のみそ汁、豚肉とごぼうの炒め煮
昼おやつ	牛乳、シュガートースト	牛乳、いちごジャム蒸しパン	牛乳、みたらしマカロニ	牛乳、ほうれんそうのカップケーキ	牛乳、★焼きいも	麦茶、納豆入りお好み焼き	牛乳、ココア蒸しパン
	18(日)	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
朝おやつ	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい
昼食	御飯、卵スープ、チンジャオロース	わかめ御飯、★トマト中華スープ、とりマヨ、中華風ナムル	ロールパン、豆乳クラムチャウダー、★鶏肉と野菜のラタトゥイユ風、★柿	御飯、★なめこのみそ汁、豚肉のごま照り焼き、★焼きかぼちゃ	★鶏肉ときのこのあったかうどん、きゅうりの酢の物、バナナ	御飯、★豆腐のみそ汁、★肉じゃが、キャベツのごまマヨ和え	クリームライス、★コンソメスープ、みかん缶
昼おやつ	牛乳、キャロットケーキ	麦茶、フルーツババロア	麦茶、五平餅	麦茶、ほうれん草クッキー	牛乳、★いもけんぴ風(高知県の郷土料理)	牛乳、★りんごケーキ	牛乳、みそ蒸しパン
	25(日)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)
朝おやつ	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい
昼食	焼きそば、わかめスープ	御飯、★秋の豚汁、白身魚の煮つけ、白菜のおかか和え	御飯、もやしのみそ汁、鶏のから揚げ、★ポテトサラダ	食パン、★マカロニスープ、魚のチーズピカタ、ほうれん草とコーンのソテー	御飯、あおさ汁、豚肉のすき焼き風煮物、もやしとトマトのごま酢あえ	にんじんピラフ、★野菜スープ、おばけハンバーグ、ゆでブロッコリー	納豆そぼろ丼、なすのみそ汁
昼おやつ	牛乳、★蒸し芋	牛乳、セサミケーキ	麦茶、ココアスノーボールクッキー	麦茶、塩こんぶおにぎり	牛乳、★ミニアップルパイ	麦茶、★かぼちゃモンブラン風カップケーキ	麦茶、★じゃがチーズ

2026年

10月



離乳食 - 初期
献立表



					1(木)	2(金)	3(土)
朝おやつ							
昼食					10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト
昼おやつ							
	4(日)	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
朝おやつ							
昼食	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト
昼おやつ							
	11(日)	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
朝おやつ							
昼食	10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト
昼おやつ							
	18(日)	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
朝おやつ							
昼食	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト
昼おやつ							
	25(日)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)
朝おやつ							
昼食	10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト	10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト
昼おやつ							

2026年

10月

離乳食 - 中期

献立表

					1(木)	2(金)	3(土)
朝おやつ					せんべい	せんべい	せんべい
昼食					全粥、ほうれんそうのみそ風味だし煮、魚のコン煮	全粥、鶏肉のトマト煮、きゅうりとにんじんのやわらか煮	野菜そぼろ粥、じゃがいものみそ風味だし煮
昼おやつ					クッキー	さつまいものきな粉煮	にんじん豆乳粥
	4(日)	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
朝おやつ	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい
昼食	全粥、野菜スープ、たまねぎの卵とじ	全粥、ほうれんそうのすまし汁、鶏肉とだいこんのみそ煮	全粥、かぼちゃのみそ風味だし煮、さけとこまつなの和風煮	全粥、野菜スープ、鶏じゃが	全粥、なすのみそ風味だし煮、豆腐と野菜のそぼろ煮	全粥、こまつなのみそ風味だし煮、魚とだいこんの煮物	豆腐と野菜のあんかけ粥、だいこんのみそ風味だし煮
昼おやつ	バナナ	クッキー	蒸し芋	ほうれんそうのだし粥	クッキー	豆乳きなこ粥	かぼちゃのやわらか煮
	11(日)	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
朝おやつ	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい
昼食	全粥、野菜スープ、豆腐となすのみそ煮	全粥、ポテトスープ、ひき肉と野菜のトマト煮	全粥、たまねぎのみそ風味だし煮、納豆と野菜のとろとろ煮	全粥、はくさいのみそ風味だし煮、鶏肉とほうれんそうの和風煮	野菜あんかけ粥、豆乳スープ	全粥、じゃがいものすまし汁、さけとブロックリーのやわらか煮、バナナ	全粥、チンゲンサイのみそ風味だし煮、豆腐とだいこんのとろみ煮
昼おやつ	クッキー	クッキー	クッキー	いも粥	蒸し芋	納豆粥	クッキー
	18(日)	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
朝おやつ	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい
昼食	全粥、キャベツのスープ、野菜の卵とじ	全粥、トマトスープ、鶏肉と野菜のやわらか煮	全粥、豆乳スープ、鶏肉と野菜のトマト煮	全粥、だいこんのみそ風味だし煮、かぼちゃの卵とじ	あんかけうどん、きゅうりのやわらか煮、バナナ	全粥、だいこんのみそ風味だし煮、豆腐とじゃがいものとろみ煮	全粥、野菜スープ、鶏肉と野菜の豆乳煮
昼おやつ	にんじん粥	クッキー	蒸しかぼちゃ	クッキー	さつまいものだし煮	クッキー	みそ粥
	25(日)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)
朝おやつ	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい
昼食	全粥、はくさいスープ、豆腐とキャベツの和風煮	全粥、さつまいものみそ風味だし煮、白身魚とはくさいの煮物	全粥、たまねぎのみそ風味だし煮、鶏とじゃがいもの煮物	全粥、野菜スープ、魚とほうれんそうのとろみ煮	全粥、だいこんのすまし汁、豆腐の煮物	にんじん粥、野菜スープ、そぼろ煮	納豆そぼろ粥、なすのみそ風味だし煮
昼おやつ	蒸し芋	クッキー	クッキー	クッキー	トマト粥	蒸しかぼちゃ	じゃがいもの豆乳煮

2026年

10月

離乳食 - 後期 献立表

					1(木)	2(金)	3(土)
朝おやつ					せんべい	せんべい	せんべい
昼食					硬粥、ほうれんそうのみそ風味だし煮、魚のコン煮	硬粥、鶏肉のトマト煮、きゅうりとにんじんのやわらか煮	野菜そぼろ粥、じゃがいものみそ風味だし煮
昼おやつ					クッキー	蒸しいものきな粉和え	にんじん豆乳粥
	4(日)	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
朝おやつ	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい
昼食	硬粥、野菜スープ、豚肉とたまねぎのやわらか煮	硬粥、ほうれんそうのすまし汁、鶏肉とだいこんのみそ煮	硬粥、かぼちゃのみそ風味だし煮、さけとこまつなの和風煮	硬粥、野菜スープ、鶏じゃが	硬粥、なすのみそ風味だし煮、豆腐とひき肉の野菜そぼろ煮	硬粥、こまつなのみそ風味だし煮、魚とだいこんの煮物	豚肉と野菜のあんかけ粥、豆腐とだいこんのみそ風味だし煮
昼おやつ	バナナ	クッキー	蒸し芋	ほうれんそうのだし粥	クッキー	豆乳きなこ粥	かぼちゃのお焼き
	11(日)	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
朝おやつ	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい
昼食	硬粥、野菜スープ、マーボーなす風	トマトの煮込みスパゲッティ、ポテトスープ	硬粥、たまねぎのみそ風味だし煮、納豆と野菜のとろとろ煮	硬粥、はくさいのみそ風味だし煮、鶏肉とほうれんそうの和風煮	そぼろ粥、豆乳スープ	硬粥、じゃがいものすまし汁、さけとブロッコリーのやわらか煮、バナナ	硬粥、豆腐のみそ風味だし煮、豚肉とだいこんのとろみ煮
昼おやつ	クッキー	クッキー	みたらしマカロニ	いも粥	蒸し芋	納豆粥	クッキー
	18(日)	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
朝おやつ	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい
昼食	硬粥、キャベツのスープ、野菜の卵とじ	硬粥、トマトスープ、鶏肉と野菜のケチャップ煮	硬粥、豆乳スープ、鶏肉と野菜のトマト煮	硬粥、だいこんのみそ風味だし煮、豚肉とかぼちゃの煮物	あんかけうどん、きゅうりのやわらか和え、バナナ	硬粥、豆腐のみそ風味だし煮、肉じゃが、キャベツのやわらか和え	硬粥、野菜スープ、鶏肉と野菜の豆乳煮
昼おやつ	にんじん粥	クッキー	かぼちゃのお焼き	クッキー	さつまいもの甘煮	クッキー	みそ粥
	25(日)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)
朝おやつ	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい
昼食	硬粥、はくさいスープ、豚肉とキャベツの和風煮	硬粥、さつまいものみそ風味だし煮、白身魚とはくさいの煮物	硬粥、もやしのみそ風味だし煮、鶏とじゃがいもの煮物	食パン、マカロニスープ、魚とほうれんそうのとろみ煮	硬粥、だいこんのすまし汁、豚肉と豆腐の煮物	にんじん粥、野菜スープ、ハンバーグ	納豆そぼろ粥、なすのみそ風味だし煮
昼おやつ	蒸し芋	クッキー	クッキー	クッキー	トマト粥	かぼちゃのお焼き	じゃがいもの豆乳煮