

2026年 10 月 離乳食献立表（初期）

中野区保育園・幼稚園課

曜日		月	火	水	木	金	土
日		26	13 27	14 28	1 15 29	2 16 30	3 17 31
<div>午前</div> <div></div>	主食	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	くたくた煮うどん	おかゆ
	副食	玉葱の煮つぶし キャベツの煮つぶし スープ	じゃが芋の煮つぶし つぶしトマト スープ	白身魚の煮つぶし いんげんの煮つぶし スープ	玉葱の煮つぶし 人参の煮つぶし スープ	玉葱の煮つぶし キャベツの煮つぶし	じゃが芋の煮つぶし 人参の煮つぶし スープ
	材料	米	米	米	米	乾めん 人参 かつおだし	米
		玉葱	じゃが芋	白身魚 かつおだし 片栗粉	玉葱	玉葱	じゃが芋
キャベツ かつおだし 片栗粉		トマト	さやいんげん かつおだし 片栗粉	人参	キャベツ かつおだし 片栗粉	人参	
		じゃが芋 かつおだし	玉葱 かつおだし	葱 かつおだし	青菜 かつおだし	葱 かつおだし	
曜日		月	火	水	木	金	土
日		5 19	6 20	7 21	8 22	9 23	10 24
<div>午前</div>	主食	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	くたくた煮うどん
	副食	人参の煮つぶし ブロッコリーの煮つぶし スープ	玉葱の煮つぶし つぶしトマト スープ	卵黄のペースト 青菜の煮つぶし スープ	白身魚の煮つぶし 南瓜の煮つぶし スープ	キャベツの煮つぶし 胡瓜の煮つぶし スープ	玉葱の煮つぶし じゃが芋の煮つぶし
	材料	米	米	米	米	米	乾めん 人参 玉葱 かつおだし
		人参	玉葱	卵黄 かつおだし	白身魚 かつおだし 片栗粉	キャベツ かつおだし 片栗粉	玉葱 かつおだし
ブロッコリー かつおだし 片栗粉		トマト	青菜 かつおだし 片栗粉	南瓜	胡瓜	玉葱	
	玉葱 かつおだし	白菜 かつおだし	葱 かつおだし	人参 かつおだし	玉葱 スープ	じゃが芋	

* 野菜は柔らかく茹でてから調理しています。
* スープは野菜の煮汁を使用しています。

* 献立内容は都合により内容を変更する場合があります。

