2026/10/1

１０月の離乳食献立表（後期～完了期）

池田市立保育所・認定こども園

実施日	間食（午前）	献立名 昼食	食品名	間食（午後）	献立名 完了期（12～18ヶ月） 昼食
1(木)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 肉と野菜の煮物 煮びたし　ヨーグルト	米/　牛肉　じゃがいも　玉ねぎ　人参　しめじ　グリンピース 砂糖　しょう油　だし汁　**代替）豚肉** / 大根　きゅうり　砂糖 しょう油　だし汁/ ヨーグルト　(りんご)	調乳 くだもの（りんご） せんべい	軟飯→ごはん 肉と野菜の煮物 煮びたし　ヨーグルト
2(金)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 煮魚 みそ汁	米 / カレイ　しょう油　砂糖　だし汁　**代替）豚肉** / 人参　玉ねぎ　じゃが芋　みそ　だし汁 （フレッシュゼリー）	調乳 フレッシュゼリー せんべい	軟飯→ごはん 煮魚 みそ汁
3(土)	調乳 せんべい	煮込みうどん 大根スープ バナナ	うどん　豚肉　人参　玉ねぎ　キャベツ　しょう油　だし汁/ 大根　人参　小松菜　しょう油　だし汁　/バナナ。 (じゃがいも)	調乳 ふかしおじゃが せんべい	煮込みうどん 大根スープ バナナ
5(月)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 豚肉と野菜の煮物 みそ汁	米 / 豚肉　大根　人参　三度豆　しょう油　砂糖　だし汁 / かぼちゃ　チンゲン菜　たまねぎ　みそ　だし汁 （ホットケーキミックス　育児用ミルク）	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	軟飯→ごはん 豚肉と野菜の煮物 みそ汁
6(火)	調乳 せんべい	パンがゆ→トースト 豚肉と白菜のスープ煮 煮浸し・デ）バナナ	食パン　育児用ミルク / 豚肉　はくさい　玉ねぎ　人参 しょう油　だし汁 / 人参　きゅうり　冷凍コーン 砂糖　しょう油　だし汁　/バナナ	調乳 ビスケット せんべい	トースト 豚肉と白菜のスープ煮 煮浸し・デ）バナナ
7(水)	調乳 ボーロ	かゆ→軟飯 鶏肉と野菜の煮物 すまし汁	米 / 鶏肉　人参　玉ねぎ　砂糖　醤油　だし汁　**代替）豚肉** / 豆腐　大根　ほうれん草　玉ねぎ　しょう油　だし汁　（バナナ）	調乳 バナナ せんべい	軟飯→ごはん 鶏肉と野菜の煮物 すまし汁
8(木)	調乳 せんべい	パンがゆ→ロールパン 豆腐と野菜の煮物 野菜スープ	ロールパン　育児用ミルク / 木綿豆腐　豚ひき肉　人参　玉ねぎ コーン缶（ホール）砂糖　しょう油　だし汁　**代替）じゃがいも**/ / キャベツ　たまねぎ　ブロッコリー　人参　しょう油　だし汁 （フレッシュゼリー）	調乳 フレッシュゼリー せんべい	ロールパン 豆腐と野菜の煮物 野菜スープ
9(金)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 煮魚 みそ汁	米 / カレイ　砂糖　しょう油　だし汁　**代替）豚肉**　/ はくさい　小松菜　人参　みそ　だし汁 （ゼラチン　育児用ミルク）	調乳 ☆ミルクゼリー	軟飯→ごはん 煮魚 みそ汁
10(土)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 豆腐のそぼろ煮 わかめスープ	米/　豚ひき肉　木綿豆腐　玉ねぎ　人参　みそ　しょう油　砂糖 片栗粉　**代替）じゃがいも**　/ 大根　たまねぎ　チンゲン菜 わかめ　しょう油　だし汁　(ももゼリー)	調乳 ももゼリー せんべい	軟飯→ごはん 豆腐のそぼろ煮 わかめスープ
13(火)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 肉団子と野菜の煮物 野菜スープ	米 / 牛ひき肉　豚ひき肉　玉ねぎ　パン粉　しょう油　人参 片栗粉　砂糖　だし汁/ じゃがいも 人参　しょう油　だし汁　（りんご　さつまいも　育児用ミルク）	調乳 ☆さつまいもと りんごのミルク煮	軟飯→ごはん 肉団子と野菜の煮物 野菜スープ
14(水)	調乳 ボーロ	かゆ→軟飯 すき焼き風煮 みそ汁	米 / 牛肉　木綿豆腐　はくさい　おつゆ麸　人参　玉ねぎ 砂糖　しょう油　だし汁　**代替）じゃがいも　代替）豚肉** / 大根 小松菜　人参　わかめ　みそ　だし汁 (ホットケーキミックス　育児用ミルク)	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	軟飯→ごはん すき焼き風煮 みそ汁
15(木)	調乳 せんべい	パンがゆ→ロールパン 卵とじ 野菜スープ・デ）バナナ	ロールパン　野菜スープ/卵　たまねぎ　ブロッコリー しょう油　片栗粉　だし汁 /　じゃがいも　たまねぎ　人参　しょう油 だし汁 /バナナ	調乳 ビスケット せんべい	ロールパン 卵とじ 野菜スープ・デ）バナナ
16(金)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 煮魚 そうめんのすまし汁	米 / カレイ　人参　ブロッコリー　しょう油　砂糖　だし汁 **代替）豚肉**　/ そうめん　たまねぎ　小松菜　人参　しょう油　だし汁 （うどん　豚肉　人参　キャベツ　あおのり　しょう油　だし汁）	調乳 ☆煮込みうどん	軟飯→ごはん 煮魚 そうめんのすまし汁
17(土)	調乳 せんべい	煮込みうどん 野菜スープ くだもの（バナナ）	うどん　豚肉　人参　玉ねぎ　しょう油　だし汁/ /人参　玉ねぎ　しょう油　だし汁/ / バナナ　（さつまいも）	調乳 ふかしいも せんべい	煮込みうどん 野菜スープ くだもの（バナナ）
19(月)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 肉と野菜の煮物 煮浸し・ヨーグルト	米/　豚肉　じゃがいも　玉ねぎ　人参　グリンピース　しょう油 砂糖　だし汁 / キャベツ　きゅうり　コーン　しょう油　だし汁/ ヨーグルト　(バナナ)	調乳 バナナ せんべい	軟飯→ごはん 肉と野菜の煮物 煮浸し・ヨーグルト
20(火)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 おでん かきたま汁	米 / 鶏肉　じゃがいも　大根　三度豆　しょう油　だし汁 **代替）豚肉** /　卵　はくさい　人参　しょう油　片栗粉 だし汁　**代替）豚肉**　(ホットケーキミックス　育児用ミルク)	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	軟飯→ごはん おでん かきたま汁
21(水)	調乳 ボーロ	かゆ→軟飯 煮魚 すまし汁	米 /カレイ　しょう油　砂糖　だし汁　**代替）豚肉**　/ 木綿豆腐　たまねぎ　人参　小松菜　しょう油　だし汁 （さつまいも　育児用ミルク）	調乳 ☆きんとん	軟飯→ごはん 煮魚 すまし汁
22(木)	調乳 せんべい	パンがゆ→ロールパン そうめんのケチャップ煮 豆乳スープ デ）バナナ	ロールパン　育児用ミルク / そうめん　豚ひき肉　人参　たまねぎ だし汁　ケチャップ　/　ブロッコリー　玉ねぎ　じゃがいも　人参 しょう油　だし汁　豆乳　コーン缶　/バナナ （ゼラチン　育児用ミルク）	調乳 ☆ミルクゼリー	ロールパン そうめんのケチャップ煮 豆乳スープ デ）バナナ
23(金)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 肉と野菜の煮物 卵スープ	米/　豚肉　キャベツ　人参　　しょう油 砂糖　だし汁 /チンゲン菜　人参　たまねぎ　卵　しょう油 だし汁　**代替）豚肉**　(りんご)	調乳 りんご せんべい	軟飯→ごはん 肉と野菜の煮物 卵スープ
24(土)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 ツナと野菜の煮物 みそ汁	米/　ツナ水煮缶　たまねぎ　人参　しめじ　はくさい　チンゲン菜 しょう油　片栗粉　だし汁　**代替）豚肉**　/　豆腐　大根　人参　みそ だし汁（みかんゼリー）	調乳 みかんゼリー せんべい	軟飯→ごはん ツナと野菜の煮物 みそ汁
26(月)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 豚肉と野菜の煮物 みそ汁	米 /豚肉　たまねぎ　キャベツ　人参　しょう油　砂糖　だし汁/ さつまいも　はくさい　人参　ほうれん草　わかめ　みそ　だし汁 （りんご　バナナ）	調乳 ☆くだもの 盛り合わせ	軟飯→ごはん 豚肉と野菜の煮物 みそ汁
27(火)	調乳 せんべい	パンがゆ→ロールパン かぼちゃのポタージュ 煮びたし デ）りんご	ロールパン　野菜スープ/ 鶏肉　玉ねぎ　人参　かぼちゃ 育児用ミルク　**代替）豚肉** / 大根　人参　きゅうり ツナ水煮缶　しょう油　だし汁/　りんご　（フレッシュゼリー）	調乳 フレッシュゼリー せんべい	ロールパン かぼちゃのポタージュ 煮びたし デ）りんご
28(水)	調乳 ボーロ	かゆ→軟飯 煮魚 みそ汁	米 / カレイ　人参　しょう油　砂糖　だし汁　**代替）豚肉** / 木綿豆腐　人参　大根　たまねぎ　みそ　だし汁 （ホットケーキミックス　育児用ミルク）	調乳 ☆やわらか 蒸しパン	軟飯→ごはん 煮魚 みそ汁
29(木)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 豆腐のそぼろ煮 わかめスープ	米/　鶏ひき肉　木綿豆腐　玉ねぎ　人参　しょう油　砂糖　片栗粉 **代替）じゃがいも　代替）豚ひき肉**　/ ほうれん草　人参　わかめ たまねぎ しょう油　だし汁　(おつゆ麸　育児用ミルク)（フレッシュゼリー）	調乳 ☆麸のミルク煮 フレッシュゼリー	軟飯→ごはん 豆腐のそぼろ煮 わかめスープ
30(金)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 卵とじ すまし汁	米 / 牛肉　たまねぎ　人参　三度豆　卵　砂糖　しょう油 だし汁　**代替）豚肉**　/ 小松菜　たまねぎ　人参　しょう油　だし汁 （りんご）	調乳 りんご せんべい	軟飯→ごはん 卵とじ すまし汁
31(土)	調乳 せんべい	煮込みうどん バナナ	うどん　鶏肉　はくさい　人参　しょう油　だし汁　**代替）豚肉** /　バナナ　（じゃがいも　育児用ミルク）	調乳 やわらかふかしおじゃが せんべい	煮込みうどん バナナ

☆印は手作りおやつです。