

## 10月の献立

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