

2025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	27	14 28	1 15 29	2 16 30	3 17 31	4 18	
	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	豆腐の煮つぶし さつま芋の煮つぶし スープ	玉葱の煮つぶし キャベツの煮つぶし スープ	白菜の煮つぶし つぶしトマト スープ	人参の煮つぶし ブロッコリーの煮つぶし スープ	じゃが芋の煮つぶし 人参の煮つぶし	キャベツの煮つぶし 胡瓜の煮つぶし スープ
	材料	米 豆腐 かつおだし 片栗粉 さつま芋 青菜 かつおだし	米 玉葱 キャベツ かつおだし 片栗粉 じゃが芋 スープ	米 白菜 かつおだし 片栗粉 トマト 玉葱 スープ	米 人参 ブロッコリー かつおだし 片栗粉 葱 かつおだし	乾めん 玉葱 人参 かつおだし じゃが芋 人参	米 キャベツ かつおだし 片栗粉 胡瓜 玉葱 かつおだし
曜日	月	火	水	木	金	土	
日	6 20	7 21	8 22	9 23	10 24	11 25	
午前	主食	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ
	副食	豆腐の煮つぶし キャベツの煮つぶし スープ	豆腐の煮つぶし 人参の煮つぶし スープ	玉葱の煮つぶし 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	卵黄のペースト 胡瓜の煮つぶし スープ	人参の煮つぶし 白菜の煮つぶし スープ
	材料	米 豆腐 かつおだし 片栗粉 キャベツ かつおだし 片栗粉 人参 かつおだし	米 豆腐 かつおだし 片栗粉 人参 キャベツ かつおだし	米 玉葱 トマト 青菜 かつおだし	米 白身魚 かつおだし 片栗粉 さやいんげん かつおだし 片栗粉 人参 かつおだし	米 卵黄 かつおだし 胡瓜 南瓜 かつおだし	米 人参 白菜 かつおだし 片栗粉 玉葱 かつおだし

*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。

