

10月こんだて表

離乳食中期



令和8年（2026年）井手町立玉川保育園

にち	ようび	こんだて名	材料名		
			き	あか	みどり
1	木	うどん 高野の煮物 軟飯（おかゆ）	米 片栗粉 うどん	高野豆腐	キャベツ にんじん 玉ねぎ・三度豆
2	金	白菜と肉だんごのスープ煮 キャベツの煮物 軟飯（おかゆ）	米 片栗粉 麩	鶏むねミンチ 豆腐	白菜・にんじん 玉ねぎ・キャベツ きゅうり
5	月	うどん 紅白煮 軟飯（おかゆ）	米 片栗粉 うどん・じゃが芋	鶏むねミンチ	玉ねぎ 白菜 にんじん
6	火	魚のあんかけ 豆腐のうま煮 軟飯（おかゆ）	米 片栗粉	魚 豆腐	キャベツ・きゅうり にんじん・白菜 玉ねぎ
7	水	キャベツと鶏のうま煮 さつま芋の豆乳煮 軟飯（おかゆ）	米 片栗粉 さつま芋	鶏むねミンチ 豆乳	キャベツ にんじん 玉ねぎ
8	木	豆腐のそぼろ煮 ブロッコリーのくたくた煮 軟飯（おかゆ）	米 片栗粉 麩	豆腐 鶏むねミンチ	ブロッコリー にんじん 玉ねぎ・きゅうり
9	金	鶏じゃが 大根のうま煮 軟飯（おかゆ）	米 片栗粉 麩	鶏むねミンチ	玉ねぎ・三度豆 キャベツ・大根 にんじん
13	火	肉だんごのスープ煮 じゃが芋のほっとり煮 軟飯（おかゆ）	米 片栗粉 じゃが芋	鶏むねミンチ	玉ねぎ・にんじん チンゲン菜 ブロッコリー
14	水	じゃが芋と鶏のトマト煮 キャベツのクリーム煮 軟飯（おかゆ）	米 片栗粉 じゃが芋	鶏むねミンチ 粉ミルク	玉ねぎ・クリームコーン キャベツ・きゅうり にんじん・トマト
15	木	さつま芋のそぼろ煮 ブロッコリーと豆腐のうま煮 軟飯（おかゆ）	米 片栗粉 さつま芋	豆腐 鶏むねミンチ	にんじん ブロッコリー・きゅうり 玉ねぎ
16	金	魚の野菜あんかけ キャベツのくたくた煮 軟飯（おかゆ）	米 片栗粉 麩	魚 豆腐	にんじん 玉ねぎ・白菜 キャベツ
19	月	チンゲン菜と鶏のうま煮 豆腐のすまし汁 軟飯（おかゆ）	米 片栗粉	鶏むねミンチ 豆腐	チンゲン菜 きゅうり にんじん・玉ねぎ
20	火	鶏じゃが キャベツのおかか煮 軟飯（おかゆ）	米 片栗粉 麩	鶏むねミンチ かつお節	玉ねぎ きゅうり・キャベツ にんじん
21	水	小松菜のくたくた煮 白菜と鶏の煮物 軟飯（おかゆ）	米 片栗粉	鶏むねミンチ	にんじん 小松菜 白菜・玉ねぎ
22	木	白菜のうま煮 豆腐の煮物 軟飯（おかゆ）	米 片栗粉	豆腐	にんじん 玉ねぎ 白菜
23	金	魚のあんかけ 青菜のくたくた煮 軟飯（おかゆ）	米 片栗粉	鮭	にんじん 小松菜・白菜 チンゲン菜・玉ねぎ
26	月	高野のうま煮 じゃが芋の煮物 軟飯（おかゆ）	米 片栗粉 じゃが芋	高野豆腐	にんじん・キャベツ ほうれん草 玉ねぎ
27	火	小松菜のそぼろ煮 さつま芋のほっとり煮 軟飯（おかゆ）	米 片栗粉 さつま芋・麩	鶏むねミンチ	にんじん 小松菜 玉ねぎ
28	水	白菜と鶏のうま煮 キャベツのクリーム煮 軟飯（おかゆ）	米 片栗粉	鶏むねミンチ 粉ミルク	白菜・キャベツ 玉ねぎ・きゅうり クリームコーン・にんじん
29	木	白菜の煮物 キャベツと豆腐のうま煮 軟飯（おかゆ）	米 片栗粉	豆腐	白菜 にんじん キャベツ・きゅうり
30	金	ミートボールのスープ煮 ブロッコリーの煮物 軟飯（おかゆ）	米 片栗粉 じゃが芋	鶏むねミンチ	白菜・玉ねぎ 人参・きゅうり ブロッコリー

※行事、その他により、献立や材料を変更することがありますのでご了承ください。