

10月 おやつ献立表 (離乳食)

ママサポテラス名古屋鳴海園

		おやつ		材料			おやつ		材料
1日	水	麦茶	豆乳うどん	うどん、だし汁、豆乳	17日	金	麦茶	野菜うどん	うどん、だし汁、にんじん、白菜
2日	木	麦茶	かゆ	米、だし汁	18日	土	麦茶	市販おやつ	
3日	金	麦茶	さつまいもスティック	さつまいも	19日	日			
4日	土	麦茶	市販おやつ		20日	月	麦茶	ささみかゆ	米、だし汁、鶏ささみ
5日	日				21日	火	麦茶	市販おやつ	
6日	月	麦茶	青菜かゆ	米、ほうれん草、だし汁	22日	水	麦茶	コロコロポテト	じゃがいも
7日	火	麦茶	市販おやつ		23日	木	麦茶	白身魚つまれ	白身魚つまれ
8日	水	麦茶	市販おやつ		24日	金	麦茶	バナナヨーグルト	バナナ、ヨーグルト
9日	木	麦茶	かぼちゃマッシュ	かぼちゃ、だし汁	25日	土	麦茶	市販おやつ	
10日	金	麦茶	市販おやつ		26日	日			
11日	土	麦茶	市販おやつ		27日	月	麦茶	市販おやつ	
12日	日				28日	火	麦茶	蒸し芋	さつまいも
13日	月		スポーツの日		29日	水	麦茶	かゆ	米、だし汁
14日	火	麦茶	煮りんご	りんご	30日	木	麦茶	スイートパンプキン	かぼちゃ、さとう
15日	水	麦茶	市販おやつ		31日	金	麦茶	市販おやつ	
16日	木	麦茶	さつまいもマッシュ	さつまいも					

※人数や材料等により、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。

食べたことがない食材は、事前におうちで食べてきてくださいね♪