

10月の献立表 (0・1・2歳児)

日	曜	午前のおやつ	昼食	午後のおやつ	離乳食(中期)	離乳食(後期)
1	火	かし 牛乳	ポークビーンズ、ほうれん草のコン和え バナナ 	かし 牛乳	つぶし大豆と野菜のコンソメ煮(大豆、じゃがいも、玉ねぎ) ほうれん草の和え物(ほうれん草、人参)、バナナ	つぶし大豆と野菜のコンソメ煮(大豆、じゃがいも、玉ねぎ) ほうれん草の和え物(ほうれん草、人参)、バナナ
2	水	かし ミルク	NEW:ひじきの混ぜご飯、さつまいものソテー 小松菜のごま和え、すまし汁	かし 牛乳	鶏肉とさつまいもの煮物(鶏ささみ、人参、ねぎ、さつまいも) すまし汁(小松菜、豆腐)	鶏肉とさつまいもの煮物(鶏ささみ、人参、ねぎ、さつまいも) すまし汁(小松菜、豆腐)
3	木	かし 牛乳	かつおの揚げ煮、大根サラダ、味噌汁	いも蒸しパン 幼児牛乳	麩と大根の煮物(麩、大根、人参) 味噌汁(玉ねぎ、人参、ねぎ)	麩と大根の煮物(麩、大根、人参) 味噌汁(玉ねぎ、人参、ねぎ)
4	金	かし 牛乳	筑前煮、かきたま汁、オレンジ	じゃこトースト(食パン) 幼児牛乳	大豆と野菜の煮物(大豆、人参、玉ねぎ) すまし汁(ねぎ、玉ねぎ、麩)、オレンジ	大豆と野菜の煮物(大豆、人参、玉ねぎ) すまし汁(ねぎ、わかめ、玉ねぎ、麩)、オレンジ
5	土	かし		かし		
7	月	かし 牛乳	豚肉の生姜焼き、野菜添え、味噌汁	ムーンパイ(蒸しパン) 幼児牛乳	麩と野菜の煮物(麩、キャベツ、人参) 味噌汁(なす、玉ねぎ、ねぎ)	麩と野菜の煮物(麩、キャベツ、人参) 味噌汁(なす、玉ねぎ、ねぎ)
8	火	りんご 牛乳 	さつまいもごはん、鶏肉の味噌焼き かぶの昆布和え、すまし汁	固形ヨーグルト	煮奴(豆腐) 味噌汁(さつまいも、かぶ、麩、ねぎ)	煮奴(豆腐) 味噌汁(さつまいも、かぶ、麩、ねぎ)
9	水	かし 牛乳	甘酢団子、もやしのゆかり和え、味噌汁	れんこんチップ(ふかしいも) 幼児牛乳	鶏そぼろと野菜の煮物(鶏ささみ、玉ねぎ、じゃがいも) きゅうりのだし和え(きゅうり、人参)	鶏団子と野菜の煮物(鶏ささみ、玉ねぎ、じゃがいも) きゅうりのだし和え(きゅうり、人参) 
10	木	かし 牛乳	肉じゃが、味噌汁、柿 	かし 牛乳	豆腐とじゃがいもの煮物(豆腐、玉ねぎ、じゃがいも) 味噌汁(玉ねぎ、人参、ねぎ)、柿	豆腐とじゃがいもの煮物(豆腐、玉ねぎ、じゃがいも) 味噌汁(玉ねぎ、人参、ねぎ)、柿
11	金	かし 牛乳	鮭の塩焼き、小松菜のおかか和え、豚汁	かし ジョア 	白身魚と小松菜の煮物(白身魚、小松菜) 大根煮(大根、人参)	白身魚と小松菜の煮物(白身魚、小松菜) 大根煮(大根、人参)
12	土	かし		かし		
15	火	かし 牛乳	ぶりの煮つけ さつまいものごまサラダ、すまし汁	NEW:ホットケーキ 幼児牛乳	豆腐とさつまいもの煮物(豆腐、さつまいも、人参) スープ(玉ねぎ、人参、ねぎ)	豆腐とさつまいもの煮物(豆腐、さつまいも、人参) スープ(玉ねぎ、人参、ねぎ)
16	水	あっさりポテト 牛乳	マーボー豆腐、春雨の酢の物、トマト	かし 牛乳	マーボー豆腐風(豆腐、玉ねぎ、人参、ねぎ) 春雨サラダ(春雨、きゅうり、トマト) 	マーボー豆腐風(豆腐、玉ねぎ、人参、ねぎ) 春雨サラダ(春雨、きゅうり、トマト)
17	木	かし ミルク	ミートスパゲティ キャベツときゅうりのツナサラダ、オレンジ	キャラメルプリン	野菜うどん(伊勢うどん、玉ねぎ、人参、麩) キャベツサラダ(キャベツ、きゅうり、人参)、オレンジ	野菜うどん(伊勢うどん、玉ねぎ、人参、麩) キャベツサラダ(キャベツ、きゅうり、人参)、オレンジ
18	金	 遠足(手作り弁当) 	 遠足(手作り弁当) 	 遠足(手作り弁当) 	 遠足(手作り弁当) 	 遠足(手作り弁当) 
19	土	かし		かし		
21	月	かし 牛乳	手作りのハヤシ、フルーツのクリーム和え	かし 牛乳	野菜のトマト煮(じゃがいも、玉ねぎ、人参、トマト) バナナヨーグルト(バナナ、ヨーグルト)	野菜のトマト煮(じゃがいも、玉ねぎ、人参、トマト) バナナヨーグルト(バナナ、ヨーグルト)
22	火	かし ミルク	さんまの塩焼き、ほうれん草のナムル 味噌汁	かし 牛乳	麩と根菜の味噌煮(麩、大根、人参) ほうれん草のお浸し(ほうれん草、人参)	麩と根菜の味噌煮(麩、大根、人参) ほうれん草のお浸し(ほうれん草、人参)
23	水	かし 牛乳	鶏肉のアングリーズ、きゅうりのマヨ和え ミネストローネ	0,1歳児:ゼリー 2歳児:小豆ういろ、幼児牛乳	鶏肉と野菜のトマト煮(鶏ささみ、玉ねぎ、人参、じゃがいも、トマト) キャベツサラダ(キャベツ、きゅうり)	鶏肉と野菜のトマト煮(鶏ささみ、玉ねぎ、人参、じゃがいも、トマト) キャベツサラダ(キャベツ、きゅうり)
24	木	かし 牛乳	手作りクロック、野菜添え、味噌汁 	かし ジョア	鶏肉と野菜のコンソメ煮(鶏ささみ、玉ねぎ、人参) 大根サラダ(大根、きゅうり)	鶏肉と野菜のコンソメ煮(鶏ささみ、玉ねぎ、人参) 大根サラダ(大根、きゅうり)
25	金	きなこヨーグルト	えびピラフ、春雨スープ、柿 	大学いも(ふかしいも) 幼児牛乳	おじや(米、人参、ピーマン、玉ねぎ) 春雨スープ(春雨、玉ねぎ、青梗菜)、柿	おじや(米、人参、ピーマン、玉ねぎ) 春雨スープ(春雨、玉ねぎ、青梗菜)、柿
26	土	かし		かし		
28	月	かし 牛乳	ヒレカツ、キャベツ添え、味噌汁	かし ミロミルク	豆腐と野菜の煮物(豆腐、なす、玉ねぎ、ねぎ) キャベツのお浸し(キャベツ、人参)	豆腐と野菜の煮物(豆腐、なす、玉ねぎ、ねぎ) キャベツのお浸し(キャベツ、人参) 
29	火	バナナ 牛乳	鯖のみそ煮、ポテトサラダ、すまし汁	きなこ揚げパン(コッペパン) 幼児牛乳	白身魚の味噌煮(白身魚) ポテトサラダ(じゃがいも、きゅうり、人参、粉ミルク)	白身魚の味噌煮(白身魚) ポテトサラダ(じゃがいも、きゅうり、人参、粉ミルク)
30	水	かし 牛乳	タンドライー風チキン、コールスローサラダ コンソメスープ	かし 牛乳	鶏肉とキャベツのミルク煮(鶏ささみ、キャベツ、人参、粉ミルク) スープ(じゃがいも、玉ねぎ、人参)	鶏肉とキャベツのミルク煮(鶏ささみ、キャベツ、人参、粉ミルク) スープ(じゃがいも、玉ねぎ、人参)
31	木	かし 牛乳	豆腐ハンバーグ、キャベツ添え かぼちゃスープ 	かし 牛乳	豆腐と野菜のコンソメ煮(豆腐、じゃがいも、キャベツ、人参) かぼちゃスープ(かぼちゃ、玉ねぎ、粉ミルク)	豆腐と野菜のコンソメ煮(豆腐、じゃがいも、キャベツ、人参) かぼちゃスープ(かぼちゃ、玉ねぎ、粉ミルク)

※おやつ()はひよこ組

※離乳食のメニューに使用食材を記載します。アレルギー等事故防止のため一度も食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で食べていただきますようお願いいたします。