

10月献立表 離乳食中期 午前食

野のはな空のとり保育園

日	曜	献立	材 料
1 15 29	火	お粥 じゃが芋のそぼろ煮 蒸し野菜 澄まし汁	米 鶏ひき肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ ブロccoliリー キャベツ 生わかめ 塩 しょう油 片栗粉 だし汁
2 16 30	水	あんかけ粥 蒸し野菜 かぶのスープ	米 豚ひき肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ キャベツ かぶ かぶ葉 トマト缶 さつま芋 塩 しょう油 片栗粉 だし汁
3 17 31	木	お粥 しらすと野菜の磯煮 こぶき芋のだし和え 味噌汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 小松菜 焼海苔 塩 しょう油 味噌 片栗粉 だし汁
4 18	金	パン粥 豚肉のトマト煮 蒸し野菜 野菜スープ	食パン 豚ひき肉 トマト缶 人参 玉ねぎ じゃが芋 かぶ かぶ葉 青ピーマン 塩 しょう油 片栗粉 だし汁
5 19	土	ツナ粥 蒸しブロッコリー 味噌汁	米 ツナ 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ ブロccoliリー 塩 しょう油 味噌 片栗粉 だし汁
7 21	月	お粥 鶏肉と野菜の煮物 キャベツの煮びたし 味噌汁	米 鶏ひき肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ キャベツ 生わかめ 焼き麩 塩 しょう油 味噌 片栗粉 だし汁
8 22	火	お粥 キャベツと豚肉の味噌煮 人参のだし煮 味噌汁	米 豚ひき肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ キャベツ 青ピーマン チンゲン菜 ほうれん草 塩 しょう油 味噌 片栗粉 だし汁
9 23	水	あんかけうどん さつま芋の煮物 わかめスープ	うどん 豚ひき肉 さつま芋 人参 玉ねぎ じゃが芋 生わかめ キャベツ 塩 しょう油 片栗粉 だし汁
10 24	木	お粥 たららの煮付け 蒸し野菜 味噌汁	米 たら 豆腐 ほうれん草 なす じゃが芋 人参 玉ねぎ キャベツ 塩 しょう油 片栗粉 だし汁
11 25	金	パン粥 鶏肉のコーン煮 キャベツの煮浸し 野菜ポタージュ	食パン キャベツ クリームコーン缶 人参 玉ねぎ じゃが芋 粉ミルク 塩 しょう油 片栗粉 だし汁
12 26	土	お粥 豚肉と野菜のおろし煮 しらす和え 味噌汁	米 豚ひき肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ キャベツ 大根 しらす干し 塩 しょう油 味噌 片栗粉 だし汁
28	月	お粥 肉じゃが ひじきと大豆の和え物 味噌汁	米 豚ひき肉 大豆水煮 じゃが芋 人参 玉ねぎ キャベツ ひじき 塩 しょう油 味噌 片栗粉 だし汁

※午前食は離乳食とミルク、午後食はミルクを提供します。

※食材の都合により献立が変更する場合がございます。ご了承ください。

※初めて食べる食材がありましたら、事前にお家で2回以上試してください。

10月献立表 離乳食後期 午前食・午後食

野のはな空のとり保育園

日	曜	午前食		午後食	
		献立	材料	献立	材料
1 15 29	火	軟飯 鶏だんご 蒸し野菜 澄まし汁	米 鶏ひき肉 ジャが芋 人参 玉ねぎ 長ねぎ ブロッコリー キャベツ 生わかめ もやし ホールコーン缶 塩 しょう油 片栗粉 だし汁	トースト 野菜スープ 果物	食パン しらす干し 玉ねぎ ジャが芋 人参 塩 キャベツ しょう油 だし汁
2 16 30	水	あんかけおじや 蒸し野菜 かぶのスープ	米 豚ひき肉 ジャが芋 人参 玉ねぎ キャベツ かぶ かぶ葉 トマト缶 しめじ 舞茸 さつまいも 塩 しょう油 片栗粉 だし汁	さつまいもおじや 味噌汁 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ ジャが芋 生わかめ 味噌 さつまいも だし汁
3 17 31	木	軟飯 しらすと野菜の磯煮 こぶき芋のだし和え 味噌汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャが芋 小松菜 焼海苔 キャベツ なめこ 塩 しょう油 味噌 片栗粉 だし汁	軟飯 豚汁 果物	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ 小松菜 キャベツ ジャが芋 味噌 だし汁
4 18	金	トースト 豚肉のトマト煮 蒸し野菜 きのこスープ	食パン 豚ひき肉 トマト缶 人参 玉ねぎ ジャが芋 かぶ かぶ葉 しめじ まいたけ 青ピーマン 塩 しょう油 片栗粉 だし汁 えのき茸	軟飯 味噌汁 果物	米 たら 人参 玉ねぎ ジャが芋 味噌 だし汁
5 19	土	ツナおじや 蒸しブロッコリー 味噌汁	米 ツナ 人参 玉ねぎ ジャが芋 キャベツ ブロッコリー 長ねぎ しめじ 塩 しょう油 味噌 片栗粉 だし汁	しらすおじや 味噌汁 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャが芋 小ねぎ 味噌 だし汁
7 21	月	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 キャベツの煮びたし 味噌汁	米 鶏ひき肉 ジャが芋 人参 玉ねぎ キャベツ 生わかめ えのき茸 焼き麩 塩 しょう油 味噌 片栗粉 だし汁	軟飯 ミルクスープ 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャが芋 キャベツ 塩 だし汁 粉ミルク
8 22	火	軟飯 キャベツと鶏肉の味噌煮 人参のだし煮 味噌汁	米 豚ひき肉 ジャが芋 人参 玉ねぎ キャベツ 青ピーマン しめじ チンゲン菜 ほうれん草 塩 しょう油 味噌 片栗粉 だし汁	軟飯 すまし汁 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ ジャが芋 ほうれん草 しょう油 塩 だし汁
9 23	水	あんかけうどん さつまいもの煮物 わかめスープ	うどん 豚ひき肉 さつまいも 人参 玉ねぎ ジャが芋 生わかめ しめじ もやし 長ねぎ キャベツ 塩 しょう油 片栗粉 だし汁	納豆おじや 味噌汁 果物	米 納豆 人参 玉ねぎ ジャが芋 もやし キャベツ 味噌 だし汁
10 24	木	軟飯 鮭の煮付け マカロニサラダ 味噌汁	米 たら ほうれん草 なす ジャが芋 玉ねぎ キャベツ マカロニ 人参 豆腐 塩 しょう油 片栗粉 だし汁	きな粉おじや 味噌汁 果物	米 きな粉 人参 玉ねぎ ジャが芋 生わかめ 味噌 だし汁
11 25	金	トースト 鶏肉のコーン煮 キャベツの煮浸し 野菜ポタージュ	食パン キャベツ クリームコーン缶 人参 玉ねぎ ジャが芋 粉ミルク 塩 しょう油 片栗粉 だし汁	わかめおじや 味噌汁 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ ジャが芋 あおさ しょう油 味噌 だし汁
12 26	土	軟飯 豚肉と野菜のおろし煮 しらす和え 味噌汁	米 豚ひき肉 ジャが芋 人参 玉ねぎ 大根 しらす干し キャベツ 塩 しょう油 味噌 片栗粉 だし汁	軟飯 味噌汁 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャが芋 生わかめ 味噌 だし汁
28	月	軟飯 肉じゃが ひじきの和え物 味噌汁	米 豚ひき肉 大豆水煮 ジャが芋 人参 玉ねぎ キャベツ ひじき しめじ 長ねぎ ホールコーン缶 塩 しょう油 味噌 片栗粉 だし汁	トースト かぼちゃスープ 果物	食パン たら 人参 玉ねぎ ジャが芋 かぼちゃ キャベツ 塩 だし汁

※食事にはミルクがつきます。

※午後食の果物は主にバナナを提供します。

※食材の都合により献立が変更する場合がございます。ご了承ください。

※初めて食べる食材がありましたら、事前にお家で2回以上試してください。

