


10月の予定献立表（完了離乳食：12ヶ月～）




日 ／ 曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ）			10時おやつ 3時おやつ	日 ／ 曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ）			10時おやつ 3時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 （火）	ごはん 鮭の照り煮 キャベツの煮びたし なすと玉ねぎのみそ汁	米	牛乳、さけ	かぼちゃ、キャベツ、なす、たまねぎ、にんじん	牛乳 ウエハース 牛乳 ゆでかぼちゃ	18 （金）	ごはん 鶏肉と白菜のスープ 南瓜の甘煮 ほうれんそうのしらす和え	米、じゃがいも	牛乳、鶏肉、しらす干し	はくさい、かぼちゃ、ほうれんそう、あおのり	牛乳 お子様せんべい 牛乳 バイクドポテト
2 （水）	ごはん 鶏肉の団子煮 ほうれんそうの白あえ風 もやしのみそ汁	米	牛乳、豆腐、鶏肉、	たまねぎ、もやし、ほうれんそう、にんじん、こまつな、バナナ	牛乳 お子様せんべい 牛乳 バナナ	19 （土）	野菜のそぼろあんかけ丼 ブロッコリーのおかかあえ 野菜スープ	米	牛乳、鶏肉、かつお節	たまねぎ、ブロッコリー、ほうれんそう、にんじん、グリーンピース	牛乳 やさいビスケット 牛乳 ベビーせんべい
3 （木）	ごはん マーボー豆腐 ほうれん草の煮浸し 野菜スープ	米、さつまいも	牛乳、豆腐、豚肉、米みそ	ほうれんそう、にんじん、ブロッコリー、たまねぎ	牛乳 やさいビスケット 牛乳 さつまいも甘煮	21 （月）	ごはん 鮭のソテー いんげんの煮物 みそ汁	米、さといも	牛乳、さけ	かぼちゃ、にんじん、いんげん、たまねぎ	牛乳 ウエハース 牛乳 煮かぼちゃ
4 （金）	ごはん 肉じゃが ブロッコリーのツナ和え チンゲンサイのスープ	米、じゃがいも	牛乳、鶏肉、ツナ	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、オクラ、チンゲンサイ	牛乳 マンナビスケット ほうじ茶 ヨーグルト	22 （火）	ごはん 鶏肉と野菜の煮物 ゆでブロッコリー みそ汁	米	ヨーグルト、鶏肉、豆腐	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、バナナ	牛乳 お子様せんべい ほうじ茶 フルーツヨーグルト
5 （土）	運動会					23 （水）	ごはん 豚汁 たらの塩焼き ほうれん草の煮浸し	米	牛乳、たら、豆腐、豚肉	バナナ、ほうれんそう、はくさい、だいこん、にんじん	牛乳 やさいビスケット 牛乳 バナナ
7 （月）	ごはん チキンバーグ 里芋の煮物 野菜スープ	米、じゃがいも、さといも	牛乳、鶏肉、しらす干し	キャベツ、たまねぎ、いんげん、にんじん	牛乳 ウエハース 牛乳 じゃがいもとしらすおやき	24 （木）	ごはん しらすの野菜あんかけ 南瓜の煮物 みそ汁（だいこん）	米、じゃがいも	牛乳、しらす干し	かぼちゃ、ほうれんそう、にんじん、だいこん、いんげん、たまねぎ	牛乳 マンナビスケット 牛乳 ゆでじゃがいも
8 （火）	ごはん 野菜のそぼろあんかけ 煮かぼちゃ 野菜スープ	米	牛乳、鶏肉	かぼちゃ、ほうれんそう、にんじん、たまねぎ、バナナ	牛乳 お子様せんべい 牛乳 バナナ	25 （金）	ごはん 豆腐あんかけ 里芋の煮物 野菜スープ	米、さといも	牛乳、豆腐	たまねぎ、にんじん、かぶ	牛乳 お子様せんべい 牛乳 マンナウエハース
9 （水）	ごはん しらすの野菜あんかけ ほうれん草の和え物 たまねぎのみそ汁	米	牛乳、しらす干し	たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、コーン	牛乳 やさいビスケット 牛乳 おにぎり（コーン）	26 （土）	ごはん しらすと野菜のあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	米	牛乳、しらす干し	かぼちゃ、ブロッコリー、キャベツ、にんじん	牛乳 やさいビスケット 牛乳 お子様せんべい
10 （木）	ごはん 鮭の照り焼き 小松菜の和え物 なすのみそ汁	米	牛乳、さけ、豆腐、ヨーグルト	こまつな、なす、もやし	牛乳 マンナビスケット ほうじ茶 ヨーグルト	28 （月）	ごはん 鶏のハンバーグ いんげんの和え物 小松菜のみそ汁	米	牛乳、鶏肉	たまねぎ、にんじん、こまつな、いんげん	牛乳 ウエハース 牛乳 にんじん粥
11 （金）	ごはん 鶏だんごの照り煮 野菜炒め 野菜スープ	米、さつまいも	牛乳、鶏ひき肉	キャベツ、だいこん、ブロッコリー、たまねぎ、にんじん	牛乳 お子様せんべい 牛乳 きんとん	29 （火）	ごはん かれの蒸し煮 鶏肉と小松菜の炒り煮 みそ汁	米、じゃがいも	かれのい、鶏肉、チーズ、かつお節	もやし、こまつな、たまねぎ、ブロッコリー、かぶ	牛乳 お子様せんべい ほうじ茶 おかかチーズおにぎり
12 （土）	豆腐のあんかけ丼 にんじん煮物 里芋のみそ汁	米、さといも	牛乳、豆腐、	ほうれんそう、にんじん、たまねぎ	牛乳 やさいビスケット 牛乳 ベビーせんべい	30 （水）	ごはん 鶏肉の団子煮 キャベツの煮物 みそ汁	米	鶏肉、豆腐、牛乳	キャベツ、ほうれんそう、ブロッコリー、にんじん、バナナ	牛乳 やさいビスケット 牛乳 バナナ
14 （月）	スポーツの日					31 （木）	ごはん 鶏肉とかぼちゃの煮物 ブロッコリーのツナ煮 野菜スープ	米	牛乳、鶏ひき肉、ツナ水煮缶	ブロッコリー、かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、ほうれんそう	牛乳 マンナビスケット 牛乳 煮かぼちゃ
15 （火）	ごはん 豆腐鶏そぼろあんかけ さつまいもの甘煮 みそ汁	米、さつまいも	牛乳、豆腐、鶏肉	たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、ブロッコリー	牛乳、お子様せんべい 牛乳 にんじんおにぎり	<p>☆食材の都合により献立に変更が生じる場合があります。 変更の際は追って連絡致します。</p> <p>☆食材の形態はお子様の食事の進み具合にあわせて進めていきます。 新たに口にした食材がありましたら職員までお声掛けください。</p> 					
16 （水）	ごはん かれの煮つけ ポテトサラダ みそ汁	米、じゃがいも、食パン	牛乳、かれい	だいこん、ほうれんそう、にんじん	牛乳 やさいビスケット 牛乳 スティックパン						
17 （木）	ごはん 豆腐のやさいあんかけ ブロッコリーの和え物 野菜スープ	米	牛乳、木綿豆腐	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、いんげん、バナナ	牛乳 マンナビスケット 牛乳 バナナ						



10月の予定献立表（後期離乳食：9～11ヶ月）



日 曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ）			10時おやつ 3時おやつ	日 曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ）			10時おやつ 3時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 (火)	軟飯 鮭の照り煮 キャベツの煮びたし 野菜スープ	米	さけ、ミルク	かぼちゃ、キャベツ、 たまねぎ、にんじん なす	ミルク 小魚せんべい ミルク ゆでかぼちゃ	18 (金)	軟飯 ほうれんそうのしらす和え かぼちゃの煮物 白菜のスープ	米、じゃがいも	豆腐、しらす干し、 ミルク	はくさい、かぼちゃ、 ほうれんそう、あおの り	ミルク お子様せんべい ミルク ゆでじゃがいも
2 (水)	軟飯 鶏肉の団子煮 ほうれんそうの白あえ風 野菜スープ	米	豆腐、鶏肉、ミルク	たまねぎ、にんじん ほうれんそう、バナナ もやし、こまつな	ミルク やさいビスケット ミルク バナナ	19 (土)	軟飯 野菜のそぼろあんかけ ブロッコリーの煮物 野菜スープ	米	鶏肉、ミルク	たまねぎ、ブロッコ リー、ほうれんそう、 にんじん	ミルク やさいビスケット ミルク ベビーせんべい
3 (木)	軟飯 煮豆腐 ほうれんそうの煮浸し 野菜スープ	米、さつまいも	豆腐、ミルク	ほうれんそう、にんじん ブロッコリー、たまねぎ	ミルク マンナビスケット ミルク さつまいもの甘煮	21 (月)	軟飯 鮭のあんかけ いんげんの煮物 野菜スープ	米、さといも	さけ、ミルク	かぼちゃ、にんじん、 いんげん、たまねぎ	ミルク ウエハース ミルク 煮かぼちゃ
4 (金)	軟飯 肉じゃが ブロッコリーのツナ和え 野菜スープ	米、じゃがいも、 さといも	鶏肉、ヨーグルト ツナ、ミルク	にんじん、たまねぎ、 ブロッコリー	ミルク ベビーせんべい ミルク ヨーグルト	22 (火)	ごはん 鶏肉と野菜の煮物 ゆでブロッコリー 野菜スープ	米	ヨーグルト、鶏肉、 豆腐、ミルク	たまねぎ、バナナ、に んじん、ブロッコリー	ミルク 小魚せんべい ミルク フルーツヨーグルト
5 (土)	運動会					23 (水)	軟飯 たららの塩焼き ほうれん草の煮浸し 野菜汁	米	たら、木綿豆腐、 ミルク	バナナ、はくさい、 だいごん、にんじん	ミルク やさいビスケット ミルク バナナ
7 (月)	軟飯 チキンバーグ 里芋の煮物 野菜スープ	米、じゃがいも、 さといも	鶏肉、しらす干し ミルク	キャベツ、たまねぎ いんげん、にんじん	ミルク ウエハース ミルク じゃがいもとしらすのおやき	24 (木)	軟飯 しらすの野菜あんかけ 南瓜の煮物 野菜スープ	じゃがいも	しらす干し、ミルク	かぼちゃ、ほうれんそ う、にんじん、だいご ん、いんげん、たまね ぎ	ミルク マンナビスケット ミルク ゆでじゃがいも
8 (火)	軟飯 野菜のそぼろあんかけ 煮かぼちゃ 野菜スープ	米	鶏肉、ミルク	バナナ、ほうれんそう、 にんじん、たまねぎ かぼちゃ	ミルク 小魚せんべい ミルク バナナ	25 (金)	軟飯 豆腐あんかけ 里芋の煮物 野菜スープ	米、さといも	豆腐、ミルク	たまねぎ、にんじん、 かぶ	ミルク ベビーせんべい ミルク マンナウエハース
9 (水)	軟飯 しらすの野菜あんかけ ほうれん草の和え物 野菜スープ	米、コーン	しらす干し、ミルク	たまねぎ、ほうれんそ う、にんじん	ミルク やさいビスケット ミルク コーン粥	26 (土)	軟飯 しらすと野菜のあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	米	しらす干し、ミルク	かぼちゃ、ブロッコ リー、キャベツ、にん じん	ミルク やさいビスケット ミルク ベビーせんべい
10 (木)	軟飯 鮭の照り焼き ブロッコリーの和え物 野菜スープ	米	さけ、豆腐、ミルク ヨーグルト	ブロッコリー、なす	ミルク マンナビスケット ミルク ヨーグルト	28 (月)	軟飯 鶏のハンバーグ いんげんの和え物 野菜スープ	米	鶏肉、ミルク	たまねぎ、にんじん、 ブロッコリー、いんげ ん	ミルク ウエハース ミルク にんじん粥
11 (金)	軟飯 鶏団子の照り煮 野菜炒め煮【刻み煮】 野菜スープ	米、さつまいも	鶏ひ肉、ミルク	キャベツ、だいごん、 ブロッコリー、たまね ぎ、にんじん	ミルク ベビーせんべい ミルク きんとん	29 (火)	軟飯 かれのい蒸し煮 鶏肉と野菜の炒り煮 野菜スープ	米、じゃがいも コーン	かれのい、鶏肉、ミル ク	ブロッコリー、たまね ぎ、かぶ	ミルク 小魚せんべい ミルク コーン粥
12 (土)	軟飯 豆腐のあんかけ にんじん煮物 野菜スープ	米、さといも	豆腐、ミルク	ほうれんそう、にんじん たまねぎ	ミルク やさいビスケット ミルク ベビーせんべい	30 (水)	軟飯 鶏肉の団子煮 キャベツの煮物 豆腐スープ	米	鶏肉、豆腐、ミルク	キャベツ、ほうれんそ う、ブロッコリー、に んじん、バナナ	ミルク やさいビスケット ミルク バナナ
14 (月)	スポーツの日					31 (木)	軟飯 鶏肉とかぼちゃの煮物 ブロッコリーのツナ煮 野菜スープ	米	鶏肉、ツナ、ミルク	ブロッコリー、かほ ちや、にんじん、たま ねぎ、ほうれんそう	ミルク マンナビスケット ミルク 煮かぼちゃ
15 (火)	軟飯 豆腐鶏そぼろあんかけ さつま芋のマッシュ みそ汁	米、さつまいも	豆腐、鶏肉、ミルク	たまねぎ、にんじん、 ブロッコリー	ミルク 小魚せんべい ミルク にんじんおにぎり	<p>☆食材の都合により献立に変更が生じる場合があります。 変更の際は追って連絡致します。</p> <p>☆食材の形態はお子様の食事の進み具合にあわせて進めていきます。 新たに口にした食材がありましたら職員までお声掛けください。</p> 					
16 (水)	軟飯 かれのい煮つけ ポテトサラダ 野菜スープ	米、じゃがいも 食パン	かれのい、ミルク	だいごん、ほうれんそう にんじん	ミルク やさいビスケット ミルク パンがゆ						
17 (木)	軟飯 豆腐のやさいあんかけ ブロッコリーの和え物 野菜スープ	米	豆腐、ミルク	たまねぎ、にんじん ブロッコリー、いんげん	ミルク マンナビスケット ミルク バナナ						

