



10月の幼児食



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1 麦茶、星たべよ	2 牛乳	3 牛乳	4 牛乳	5 麦茶、ぱりんこ
昼食		ご飯 ポパイのレバー 切干大根と小松菜のソテー なすのみそ汁 りんご	ご飯 たらのみそマヨ焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 バナナ	ご飯 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーのゴマ和え コンソメスープ 梨	ご飯 お好み焼き風卵焼き 小松菜のしらす和え 白菜のすまし汁 パイン缶	焼きそば チーズ 野菜スープ グレープフルーツ
午後		牛乳、ぱりんこ	牛乳、アップルパイ	牛乳、フライドポテト	牛乳、小豆のケーキ	麦茶、ホームパイ
午前	7 牛乳	8 麦茶、ホームパイ	9 牛乳	10 りんごジュース	11 牛乳	12 麦茶、うす焼きせんべい
昼食	ピビンバ 白菜の煮びたし えのきのみそ汁 柿	ご飯 鮭のパン粉焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 バナナ	ご飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 梨	ご飯 揚げ豆腐の和風あんかけ きゅうりともやし酢の物 じゃがいものみそ汁 オレンジ	ご飯 ぶりの角煮 れんこんとひじきのサラダ にらのみそスープ バナナ	ご飯 ツナじゃが もやしのみそ汁 柿
午後	牛乳、さつま芋蒸しパン	牛乳、星たべよ	牛乳、かぼちゃのあべかわ	牛乳、ギンビスアスパラガス	牛乳、手作りりんごジャムサンド	麦茶、ココナッツサブレ
午前	14	15 麦茶、ぱりんこ	16 牛乳	17 ドリンクヨーグルト	18 牛乳	19 麦茶、ぼたぼた焼き
昼食	スポーツの日	ご飯 さばのカレー風味焼き ごまつな海苔和え さつまいもとしめじのみそ汁 柿	ご飯 厚揚げと豚肉のみそ煮 はるさめサラダ 中華スープ バナナ	ご飯 豚肉のすき焼き風煮物 小松菜とちくわのごまマヨ和え かぶのみそ汁 りんご	キャロットライス 秋のドライカレー ブロッコリーの和風ツナサラダ さつま芋のイチゴジャム和え キャベツと玉ねぎのスープ オレンジ	鶏の照り焼き丼 納豆と大根のみそ汁 グレープフルーツ
午後		牛乳、白い風船	牛乳、じゃが芋のチーズ焼き	牛乳、ぼたぼた焼き	麦茶、フルーチェ	麦茶、星たべよ
午前	21 牛乳	22 麦茶、動物ビスケット	23 牛乳	24 ぶどうジュース	25 牛乳	26 麦茶、うす焼きせんべい
昼食	カレーライス コールスローサラダ わかめスープ オレンジ	ご飯 タラのホイル焼き にんじんしりしり えのきのすまし汁 バナナ	ご飯 鶏のから揚げ 切干し大根のサラダ なめこのみそ汁 パイン缶	きのこご飯 さわらのもみじ焼き 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 りんご	ご飯 納豆のみそ炒め かぼちゃの肉じゃが 青菜とえのきのすまし汁 梨	ひじきチャーハン わかめスープ バナナ
午後	牛乳、ごまラスク	牛乳、豆腐ドーナツ	麦茶、フルーツヨーグルト	牛乳、白い風船	牛乳、マカロニきなこ	麦茶、ホームパイ
午前	28 牛乳	29 麦茶、ヨーグルト	30 牛乳	31 オレンジジュース	<div data-bbox="1400 1045 1948 1428" data-label="Complex-Block"> <p>今月のおすすめメニュー かぼちゃのあべかわ</p> <p>かぼちゃの収穫時期は夏ですが、採れたては甘味がなく、貯蔵により甘味が増していくかぼちゃは秋ごろから一段とおいしくなります。 砂糖で甘くしたきな粉と和えるだけで食べやすくなります♪</p> </div>	
昼食	マーボー丼 もやしのナムル はるさめと海苔のスープ 柿	さつま芋ご飯 さけの塩焼き ほうれん草の納豆和え わかめのみそ汁 バナナ	秋野菜のナポリタン かぼちゃとブロッコリーの和風あん きのこオクラのスープ りんご	ロールパン かぼちゃグラタン ツナサラダ 梨		
午後	牛乳、じゃこマヨトースト	牛乳、ココナッツサブレ	牛乳、おかかチーズおにぎり	牛乳、おばけクッキー		

	エネルギー - kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩 g
3才以上児	563	21.8	18.4	1.9
目標量	574	23	15.9	1.6
3才未満児	442	17	14.4	1.4
目標量	458	18.3	12.7	1.5

☆発注や園の行事の関係で献立が変更になる場合がございますのでご了承ください。
☆10月は収穫の秋ですね。旬な食べ物をたくさん食べて体力をつけましょう♪



10月の献立【乳・卵アレルギー】

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1 麦茶、星たべよ	2 豆乳	3 豆乳	4 豆乳	5 麦茶、ぱりんこ
昼食		ご飯 ポパイのレバー 切干大根と小松菜のソテー なすのみそ汁 りんご	ご飯 たらのみそマヨ焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 バナナ	ご飯 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーのゴマ和え コンソメスープ 梨	ご飯 豚キャベ焼き 小松菜のしらす和え 白菜のすまし汁 パイン缶	焼きそば かぼちゃの煮物 野菜スープ グレープフルーツ
午後		豆乳、ぱりんこ	豆乳、りんごのコンポート	豆乳、フライドポテト	豆乳、小豆のケーキ	麦茶、味しらべ
午前	7 豆乳	8 麦茶、味しらべ	9 豆乳	10 りんごジュース	11 豆乳	12 麦茶、うす焼きせんべい
昼食	ピピンパ 白菜の煮びたし えのきのみそ汁 柿	ご飯 鮭のパン粉焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 バナナ	ご飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 梨	ご飯 揚げ豆腐の和風あんかけ きゅうりともやしの酢の物 じゃがいものみそ汁 オレンジ	ご飯 ぶりの角煮 れんこんとひじきのサラダ にらのみそスープ バナナ	ご飯 ツナじゃが もやしのみそ汁 柿
午後	豆乳、さつま芋蒸しパン	豆乳、星たべよ	豆乳、かぼちゃのあべかわ	豆乳、ギンビスアスハラガスクッキー	豆乳、手作りりんごジャムサンド	麦茶、味しらべ
午前	14	15 麦茶、ぱりんこ	16 豆乳	17 豆乳	18 豆乳	19 麦茶、ぼたぼた焼き
昼食	スポーツの日	ご飯 さばのカレー風味焼き こまつな海苔和え さつまいもとしめじのみそ汁 柿	ご飯 厚揚げと豚肉のみそ煮 はるさめサラダ 中華スープ バナナ	ご飯 豚肉のすき焼き風煮物 小松菜とちくわのごまマヨ和え かぶのみそ汁 りんご	キャロットライス 秋のドライカレー ブロッコリーの和風ツナサラダ さつま芋のイチゴジャム和え キャベツと玉ねぎのスープ オレンジ	鶏の照り焼き丼 納豆と大根のみそ汁 グレープフルーツ
午後		豆乳、ぼたぼた焼き	豆乳、手づかみポテト	豆乳、ぼたぼた焼き	麦茶、バナナ	麦茶、星たべよ
午前	21 豆乳	22 麦茶、動物ビスケット	23 豆乳	24 ぶどうジュース	25 豆乳	26 麦茶、うす焼きせんべい
昼食	カレーライス コールスローサラダ わかめスープ オレンジ	ご飯 タラのホイル焼き にんじんしりしり えのきのすまし汁 バナナ	ご飯 鶏のから揚げ 切干し大根のサラダ なめこのみそ汁 パイン缶	きのこご飯 さわらのもみじ焼き 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 りんご	ご飯 納豆のみそ炒め かぼちゃの肉じゃが 青菜とえのきのすまし汁 梨	ひじきチャーハン わかめスープ バナナ
午後	豆乳、わかめおにぎり	豆乳、豆腐ドーナツ	麦茶、フルーツポンチ	豆乳、ぱりんこ	豆乳、マカロニきなこ	麦茶、動物ビスケット
午前	28 豆乳	29 麦茶、味しらべ	30 豆乳	31 オレンジジュース	<div data-bbox="1388 1037 1926 1404" data-label="Complex-Block"> <p>今月のおすすめメニュー かぼちゃのあべかわ</p> <p>かぼちゃの収穫時期は夏ですが、採れたては甘味がなく、貯蔵により甘味が増していくかぼちゃは秋ごろから一段とおいしくなります。 砂糖で甘くしたきな粉と和えるだけで食べやすくなります♪</p> </div>	
昼食	マーボー丼 もやしのナムル はるさめと海苔のスープ 柿	さつま芋ご飯 さけの塩焼き ほうれん草の納豆和え わかめのみそ汁 バナナ	秋野菜のナポリタン かぼちゃとブロッコリーの和風あん きのこオクラのスープ りんご	ご飯 かぼちゃグラタン ツナサラダ 梨		
午後	豆乳、しらす青のりおにぎり	豆乳、ギンビスアスハラガスクッキー	豆乳、おかかおにぎり	豆乳、おばけクッキー		

	1杯分 - kcal	カハク g	脂質 g	食塩 g
3才以上児	563	21.8	18.4	1.9
目標量	574	23	15.9	1.6
3才未満児	442	17	14.4	1.4
目標量	458	18.3	12.7	1.5

☆発注や園の行事の関係で献立が変更になる場合がございますのでご了承ください。
☆10月は収穫の秋ですね。旬な食べ物をたくさん食べて体力をつけましょう♪



10月の献立【小麦・卵アレルギー】

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1 麦茶、せんべい	2 牛乳	3 牛乳	4 牛乳	5 麦茶、せんべい
昼食		ご飯 ポパイのレバー 切干大根と小松菜のソテー なすのみそ汁 りんご	ご飯 たらのみそマヨ焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 バナナ	ご飯 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーのゴマ和え コンソメスープ 梨	ご飯 豚キャベ焼き 小松菜のしらす和え 白菜のすまし汁 パイン缶	ご飯 豚肉と野菜のソース炒め チーズ 野菜スープ グレープフルーツ
午後		牛乳、クッキー	牛乳、りんごのコンポート	牛乳、フライドポテト	牛乳、あんこパン(米粉)	麦茶、クッキー
午前	7 牛乳	8 麦茶、クッキー	9 牛乳	10 りんごジュース	11 牛乳	12 麦茶、せんべい
昼食	ピビンバ 白菜の煮びたし えのきのみそ汁 柿	ご飯 鮭のマヨ焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 バナナ	ご飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 梨	ご飯 揚げ豆腐の和風あんかけ きゅうりともやし酢の物 じゃがいものみそ汁 オレンジ	ご飯 ぶりの角煮 れんこんとひじきのサラダ にらのみそスープ バナナ	ご飯 ツナじゃが もやしのみそ汁 柿
午後	牛乳、蒸し芋	牛乳、せんべい	牛乳、かぼちゃのあべかわ	牛乳、クッキー	牛乳、手作りりんごジャムサンド (米粉パン)	麦茶、クッキー
午前	14	15 麦茶、せんべい	16 牛乳	17 ドリンクヨーグルト	18 牛乳	19 麦茶、せんべい
昼食	スポーツの日	ご飯 さばのカレー風味焼き ごまつな海苔和え さつまいもとしめじのみそ汁 柿	ご飯 厚揚げと豚肉のみそ煮 はるさめサラダ 中華スープ バナナ	ご飯 豚肉のすき焼き風煮物 松菜とちくわのごまマヨ和え かぶのみそ汁 りんご	キャロットライス 秋のドライカレー ブロッコリーの和風ツナサラダ さつまいものイチゴジャム和え キャベツと玉ねぎのスープ オレンジ	鶏の照り焼き丼 納豆と大根のみそ汁 グレープフルーツ
午後		牛乳、クッキー	牛乳、じゃが芋のチーズ焼き	牛乳、せんべい	麦茶、フルーチェ	麦茶、クッキー
午前	21 牛乳	22 麦茶、クッキー	23 牛乳	24 ぶどうジュース	25 牛乳	26 麦茶、せんべい
昼食	カレーライス コールスローサラダ わかめスープ オレンジ	ご飯 タラのホイル焼き にんじんしりしり えのきのすまし汁 バナナ	ご飯 鶏のから揚げ 切干し大根のサラダ なめこのみそ汁 パイン缶	きのこご飯 さわらのもみじ焼き 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 りんご	ご飯 納豆のみそ炒め かぼちゃの肉じゃが 青菜とえのきのすまし汁 梨	ひじきチャーハン わかめスープ バナナ
午後	牛乳、ごまラスク(米粉パン)	牛乳、米粉豆腐ドーナツ	麦茶、フルーツヨーグルト	牛乳、せんべい	牛乳、きな粉パン(米粉パン)	麦茶、クッキー
午前	28 牛乳	29 麦茶、ヨーグルト	30 牛乳	31 オレンジジュース	<div data-bbox="1400 1037 1948 1412" data-label="Complex-Block"> <p>今月のおすすめメニュー かぼちゃのあべかわ かぼちゃの収穫時期は夏ですが、採れたては甘味がなく、貯蔵により甘味が増していくかぼちゃは秋ごろから一段とおいしくなります。 砂糖で甘くしたきな粉と和えるだけで食べやすくなります♪</p> </div>	
昼食	マーボー丼 もやしのナムル はるさめと海苔のスープ 柿	さつまいご飯 さけの塩焼き ほうれん草の納豆和え わかめのみそ汁 バナナ	ご飯 秋野菜のポークチャップ かぼちゃとブロッコリーの和風あん きのこことオクラのスープ	ロールパン(米粉パン) かぼちゃグラタン ツナサラダ 梨		
午後	牛乳、じゃこマヨトースト (米粉パン)	牛乳、クッキー	牛乳、おかかチーズおにぎり	牛乳、クッキー		

	IUPK - kcal	外パク g	脂質 g	食塩 g
3才以上児	563	21.8	18.4	1.9
目標量	574	23	15.9	1.6
3才未満児	442	17	14.4	1.4
目標量	458	18.3	12.7	1.5

☆発注や園の行事の関係で献立が変更になる場合がございますのでご了承ください。
 ☆10月は収穫の秋ですね。旬な食べ物をたくさん食べて体力をつけましょう♪



10月の献立【卵アレルギー】

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1 麦茶、星たべよ	2 牛乳	3 牛乳	4 牛乳	5 麦茶、ぱりんこ
昼食		ご飯 ポパイのレバー 切干大根と小松菜のソテー なすのみそ汁 りんご	ご飯 たらのみそマヨ焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 バナナ	ご飯 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーのゴマ和え コンソメスープ 梨	ご飯 豚キャベ焼き 小松菜のしらす和え 白菜のすまし汁 パン缶	焼きそば チーズ 野菜スープ グレープフルーツ
午後		牛乳、ぱりんこ	牛乳、アップルパイ	牛乳、フライドポテト	牛乳、小豆のケーキ	麦茶、ホームパイ
午前	7 牛乳	8 麦茶、ホームパイ	9 牛乳	10 りんごジュース	11 牛乳	12 麦茶、うす焼きせんべい
昼食	ピピンバ 白菜の煮びたし えのきのみそ汁 柿	ご飯 鮭のパン粉焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 バナナ	ご飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 梨	ご飯 揚げ豆腐の和風あんかけ きゅうりともやしの酢の物 じゃがいものみそ汁 オレンジ	ご飯 ぶりの角煮 れんこんとひじきのサラダ にらのみそスープ バナナ	ご飯 ツナじゃが もやしのみそ汁 柿
午後	牛乳、さつま芋蒸しパン	牛乳、星たべよ	牛乳、かぼちゃのあべかわ	牛乳、ギンピスアスバラガス	牛乳、手作りりんごジャムサンド	麦茶、ココナッツサブレ
午前	14	15 麦茶、ぱりんこ	16 牛乳	17 ドリンクヨーグルト	18 牛乳	19 麦茶、ぼたぼた焼き
昼食	スポーツの日	ご飯 さばのカレー風味焼き こまつな海苔和え さつまいもとしめじのみそ汁 柿	ご飯 厚揚げと豚肉のみそ煮 はるさめサラダ 中華スープ バナナ	ご飯 豚肉のすき焼き風煮物 小松菜とちくわのごまマヨ和え かぶのみそ汁 りんご	キャロットライス 秋のドライカレー ブロッコリーの和風ツナサラダ さつま芋のイチゴジャム和え キャベツと玉ねぎのスープ オレンジ	鶏の照り焼き丼 納豆と大根のみそ汁 グレープフルーツ
午後		牛乳、白い風船	牛乳、じゃが芋のチーズ焼き	牛乳、ぼたぼた焼き	麦茶、フルーチェ	麦茶、星たべよ
午前	21 牛乳	22 麦茶、動物ビスケット	23 牛乳	24 ぶどうジュース	25 牛乳	26 麦茶、うす焼きせんべい
昼食	カレーライス コールスローサラダ わかめスープ オレンジ	ご飯 タラのホイル焼き にんじんしりしり えのきのみそ汁 バナナ	ご飯 鶏のから揚げ 切干大根のサラダ 昆布の煮物 なめこのみそ汁 パン缶	きのこご飯 さわらのもみじ焼き 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 りんご	ご飯 納豆のみそ炒め かぼちゃの肉じゃが 青菜とえのきのみそ汁 梨	ひじきチャーハン わかめスープ バナナ
午後	牛乳、ごまラスク	牛乳、豆腐ドーナツ	麦茶、フルーツヨーグルト	牛乳、白い風船	牛乳、マカロニきなこ	麦茶、ホームパイ
午前	28 牛乳	29 麦茶、ヨーグルト	30 牛乳	31 オレンジジュース	<div data-bbox="1400 1037 1915 1412" data-label="Complex-Block"> <p>今月のおすすめメニュー かぼちゃのあべかわ</p> <p>かぼちゃの収穫時期は夏ですが、採れたては甘味がなく、貯蔵により甘味が増していくかぼちゃは秋ごろから一段とおいしくなります。 砂糖で甘くしたきな粉と和えるだけで食べやすくなります♪</p> </div>	
昼食	マーボー丼 もやしのナムル はるさめと海苔のスープ 柿	さつま芋ご飯 さけの塩焼き ほうれん草の納豆和え わかめのみそ汁 バナナ	秋野菜のナポリタン かぼちゃとブロッコリーの和風あん きのこオクラのスープ りんご	食パン かぼちゃグラタン ツナサラダ 梨		
午後	牛乳、じゃこマヨトースト	牛乳、ココナッツサブレ	牛乳、おかかチーズおにぎり	牛乳、おばけクッキー		

	1歳児 - kcal	2歳児 kcal	脂質 g	食塩 g
3才以上児	563	21.8	18.4	1.9
目標量	574	23	15.9	1.6
3才未満児	442	17	14.4	1.4
目標量	458	18.3	12.7	1.5

☆発注や園の行事の関係で献立が変更になる場合がございますのでご了承ください。
☆10月は収穫の秋ですね。旬な食べ物をたくさん食べて体力をつけましょう♪



10月の離乳食【12~18か月】

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1 麦茶、ハイハイ	2 牛乳	3 牛乳	4 牛乳	5 麦茶、どうぶつビスケット
昼食		軟飯 ポパイのレバー 切干大根と小松菜のソテー なすのみそ汁 りんご	軟飯 たらのみそマヨ焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 バナナ	軟飯 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーのゴマ和え コンソメスープ 梨	軟飯 豚キャベ焼き 小松菜のしらす和え 白菜のすまし汁 オレンジ	焼きそば チーズ 野菜スープ グレープフルーツ
午後		牛乳、ミルクウエハース	牛乳、アップルパイ	牛乳、焼きフライドポテト	牛乳、小豆のケーキ	麦茶、バナナクッキー
午前	7 牛乳	8 麦茶、かぼちゃクッキー	9 牛乳	10 りんごジュース	11 牛乳	12 麦茶、小魚せんべい
昼食	ビビンバ(軟飯) 白菜の煮びたし えのきのみそ汁 柿	軟飯 鮭のパン粉焼き ちくわと青菜のさっと煮 けんちん汁 バナナ	軟飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 梨	軟飯 揚げ豆腐の和風あんかけ きゅうりともやしの酢の物 じゃがいものみそ汁 オレンジ	軟飯 ぶりの角煮、 れんこんとひじきのサラダ にらのみそスープ バナナ	軟飯 ツナじゃが もやしのみそ汁 バナナ
午後	牛乳、さつま芋蒸しパン	牛乳、ひじきせんべい	牛乳、かぼちゃのあべかわ	牛乳、ミルクウエハース	牛乳、手作りりんごジャムサンド	麦茶、かぼちゃクッキー
午前	14	15 麦茶、ハイハイ	16 牛乳	17 ドリンクヨーグルト	18 牛乳	19 麦茶、ハイハイ
昼食	スポーツの日	軟飯 さばのカレー風味焼き こまつなの海苔和え さつまいもとしめじのみそ汁 柿	軟飯 厚揚げと豚肉のみそ煮 はるさめサラダ 中華スープ バナナ	軟飯 豚肉のすき焼き風煮物 小松菜とちくわのごまマヨ和え かぶのみそ汁 りんご	キャロットライス(軟飯) 秋のドライカレー ブロッコリーの和風ツナサラダ さつま芋のイチゴジャム和え キャベツと玉ねぎのスープ オレンジ	鶏の照り焼き丼(軟飯) 納豆と大根のみそ汁 グレープフルーツ
午後		牛乳、ミルクウエハース	牛乳、じゃが芋のチーズ焼き	牛乳、ひじきせんべい	麦茶、ハイハイ	麦茶、かぼちゃクッキー
午前	21 牛乳	22 麦茶、どうぶつビスケット	23 牛乳	24 ぶどうジュース	25 牛乳	26 麦茶、ひじきせんべい
昼食	カレーライス(軟飯) コールスローサラダ わかめスープ オレンジ	軟飯 タラのホイル焼き にんじんしりしり えのきのすまし汁 バナナ	軟飯 鶏のから揚げ 切干大根のサラダ なめこのみそ汁 オレンジ	きのこご飯(軟飯) さわらのもみじ焼き 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 りんご	軟飯 納豆のみそ炒め かぼちゃの肉じゃが 青菜とえのきのすまし汁 梨	ひじきチャーハン(軟飯) わかめスープ 柿
午後	牛乳、ごまラスク	牛乳、豆腐の焼きドーナツ	麦茶、バナナヨーグルト	牛乳、ハイハイ	牛乳、マカロニきなこ	麦茶、バナナクッキー
午前	28 牛乳	29 麦茶、ヨーグルト	30 牛乳	31 オレンジジュース		
昼食	マーボー丼(軟飯) もやしのナムル はるさめと海苔のスープ 柿	さつま芋ご飯(軟飯) さけの塩焼き ほうれん草の納豆和え わかめのみそ汁 バナナ	秋野菜のナポリタン かぼちゃとブロッコリーの和風あん きのこオクラのスープ りんご	食パン かぼちゃグラタン ツナサラダ 梨		
午後	牛乳、じゃこマヨトースト	牛乳、ミルクウエハース	牛乳、おかかチーズおにぎり(軟飯)	牛乳、かぼちゃクッキー		

☆発注や園の行事の関係で献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。
 ☆ミルクは個人に合わせて提供します。



10月の離乳食【9~11か月】

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1 麦茶、ヨーグルト	2 麦茶、ヨーグルト	3 麦茶、ヨーグルト	4 麦茶、ヨーグルト	5 麦茶、ヨーグルト
昼食		全粥 ポパイのレバー なすのみそ汁 りんご	全粥 タラのみそ煮 けんちん汁 バナナ	全粥 鶏肉のトマト煮 フロッキーのゴマ和え コンソメスープ 梨	全粥 豚キャベ焼き 小松菜のしらす和え 白菜のすまし汁 オレンジ	野菜うどん ほうれん草の和え物 オレンジ
午後		麦茶、ミルクウエハース	麦茶、りんごのコンポート	麦茶、かぼちゃクッキー	麦茶、ひじきせんべい	麦茶、バナナクッキー
午前	7 麦茶、ヨーグルト	8 麦茶、ヨーグルト	9 麦茶、ヨーグルト	10 麦茶、ヨーグルト	11 麦茶、ヨーグルト	12 麦茶、小魚せんべい
昼食	全粥 鶏ひき肉の野菜煮 えのきのみそ汁 柿	全粥 鮭のみそ煮 けんちん汁 バナナ	全粥 スタミナ納豆 切り干し大根のみそ汁 梨	全粥 豆腐の和風あんかけ きゅうりともやし酢の物 じゃがいものみそ汁 オレンジ	全粥 さけのしょうゆ煮 さつまいのみそ汁 バナナ	全粥 ツナじゃが もやしのみそ汁 バナナ
午後	麦茶、蒸し芋	麦茶、ひじきせんべい	麦茶、かぼちゃの茶巾	麦茶、ミルクウエハース	麦茶、手づかみ食パン	麦茶、かぼちゃクッキー
午前	14	15 麦茶、ヨーグルト	16 麦茶、ヨーグルト	17 麦茶、ヨーグルト	18 麦茶、ヨーグルト	19 麦茶、ハイハイ
昼食	スポーツの日	全粥 さけと野菜の煮物 さつまいもとしめじのみそ汁 オレンジ	全粥 野菜そぼろ煮 えのきのスープ バナナ	全粥 豚肉のすき焼き風煮物 小松菜の和え物 かぶのみそ汁 りんご	全粥 豚肉とさつまいの煮物 ブロッコリーのツナ和え 野菜の豆乳スープ オレンジ	全粥 鶏肉のとろみ煮 納豆と大根のみそ汁 オレンジ
午後		麦茶、ミルクウエハース	麦茶、手づかみポテト	麦茶、バナナクッキー	麦茶、ハイハイ	麦茶、ひじきせんべい
午前	21 麦茶、ヨーグルト	22 麦茶、ヨーグルト	23 麦茶、ヨーグルト	24 麦茶、ヨーグルト	25 麦茶、ヨーグルト	26 麦茶、ひじきせんべい
昼食	全粥 ポトフ わかめのすまし汁 オレンジ	全粥 タラのホイル焼き えのきのすまし汁 バナナ	全粥 鶏の照り焼き 切り干し大根のサラダなめこのみそ汁 オレンジ	全粥 鮭のもみじあんかけ煮 切り干し大根のみそ汁 りんご	全粥 納豆のみそ炒め かぼちゃの肉じゃが 青菜とえのきのすまし汁 梨	全粥 野菜とろみ煮 わかめスープ オレンジ
午後	麦茶、手づかみ食パン	麦茶、ひじきせんべい	麦茶、バナナヨーグルト	麦茶、ハイハイ	麦茶、マカロニきなこ	麦茶、バナナクッキー
午前	28 麦茶、ヨーグルト	29 麦茶、ヨーグルト	30 麦茶、ヨーグルト	31 麦茶、ヨーグルト		
昼食	全粥 豆腐と野菜の煮物 じゃがいものみそ汁 柿	全粥 さけの出汁煮 ほうれん草の納豆和え わかめのすまし汁 バナナ	ナポリタン かぼちゃとブロッコリーの和風あん しめじのスープ りんご	食パン かぼちゃのシチュー ツナサラダ 梨		
午後	麦茶、手づかみ食パン	麦茶、ミルクウエハース	麦茶、おかか粥	麦茶、かぼちゃクッキー		

☆発注や園の行事の関係で献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。
 ☆ミルクは個人に合わせて提供します。



10月の離乳食【7~8か月】

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1 麦茶、ヨーグルト	2 麦茶、ヨーグルト	3 麦茶、ヨーグルト	4 麦茶、ヨーグルト	5 麦茶、ヨーグルト
昼食		7倍粥 鶏ひき肉の野菜煮 りんご	7倍粥 さけ煮 野菜のすまし汁 バナナ	7倍粥 鶏ささみトマト煮 コンソメスープ 梨	7倍粥 豚キャベ焼き 白菜のすまし汁 オレンジ	野菜うどん ほうれん草煮 オレンジ
午後		麦茶、小魚せんべい	麦茶、りんごのコンポート	麦茶、ひじきせんべい	麦茶、ひじきせんべい	麦茶、ハイハイ
午前	7 麦茶、ヨーグルト	8 麦茶、ヨーグルト	9 麦茶、ヨーグルト	10 麦茶、ヨーグルト	11 麦茶、ヨーグルト	12 麦茶、小魚せんべい
昼食	7倍粥 鶏ひき肉の野菜煮 柿	7倍粥 さけ煮 野菜のすまし汁 バナナ	7倍粥 納豆 たまねぎのすまし汁 梨	7倍粥 豆腐の和風あんかけ オレンジ	7倍粥 さけ煮 さつま芋のすまし汁 バナナ	7倍粥 ツナじゃが 凍り豆腐のすまし汁 バナナ
午後	麦茶、蒸し芋	麦茶、ひじきせんべい	麦茶、かぼちゃの茶巾	麦茶、ハイハイ	麦茶、パン粥	麦茶、ひじきせんべい
午前	14	15 麦茶、ヨーグルト	16 麦茶、ヨーグルト	17 麦茶、ヨーグルト	18 麦茶、ヨーグルト	19 麦茶、ハイハイ
昼食	スポーツの日	7倍粥 さけと野菜の煮物 さつまいものすまし汁 オレンジ	7倍粥 そばろ煮 高野豆腐のスープ バナナ	7倍粥 ささみの野菜とろみ煮 かぶのすまし汁 りんご	7倍粥 鶏ささみとさつま芋の煮物 ブロッコリーのツナ和え 野菜の豆乳スープ オレンジ	7倍粥 納豆 大根のすまし汁 オレンジ
午後		麦茶、ハイハイ	麦茶、マッシュポテト	麦茶、ひじきせんべい	麦茶、ハイハイ	麦茶、ひじきせんべい
午前	21 麦茶、ヨーグルト	22 麦茶、ヨーグルト	23 麦茶、ヨーグルト	24 麦茶、ヨーグルト	25 麦茶、ヨーグルト	26 麦茶、ひじきせんべい
昼食	7倍粥 ポトフ わかめのすまし汁 オレンジ	7倍粥 鮭の野菜煮 豆腐のすまし汁 バナナ	7倍粥 鶏ささみと人参の出汁煮 豆腐のすまし汁 オレンジ	7倍粥 鮭のあんかけ煮 にんじんのすまし汁 りんご	7倍粥 鶏ささみの納豆煮 かぼちゃ煮 梨	7倍粥 野菜と豆腐のとろみ煮 小松菜スープ オレンジ
午後	麦茶、パン粥	麦茶、ひじきせんべい	麦茶、バナナヨーグルト	麦茶、ハイハイ	麦茶、マカロニきなこ	麦茶、小魚せんべい
午前	28 麦茶、ヨーグルト	29 麦茶、ヨーグルト	30 麦茶、ヨーグルト	31 麦茶、ヨーグルト		
昼食	7倍粥 豆腐と野菜の煮物 じゃがいものすまし汁 柿	7倍粥 さけの出汁煮 ほうれん草の納豆和え わかめのすまし汁 バナナ	和風野菜パスタ 豆腐のスープ りんご	食パン かぼちゃのシチュー キャベツのツナ和え 梨		
午後	麦茶、パン粥	麦茶、ハイハイ	麦茶、おおか粥	麦茶、ハイハイ		

☆発注や園の行事の関係で献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。
 ☆ミルクは個人に合わせて提供します。



10月の離乳食【5～6か月】

		月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前			1	ミルク	2	ミルク	3	ミルク	4	ミルク	5	ミルク	
昼食			10倍粥 野菜のスープ りんご煮 ミルク	10倍粥 野菜煮 バナナマッシュ ミルク	10倍粥 野菜煮 バナナマッシュ ミルク	10倍粥 鶏ささみトマト煮 梨のすりおろし ミルク	10倍粥 豆腐の野菜煮 オレンジ果汁 ミルク	10倍粥 野菜と豆腐のだし煮 りんご煮 ミルク					
午後			ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク					
午前	7	ミルク	8	ミルク	9	ミルク	10	ミルク	11	ミルク	12	ミルク	
昼食		10倍粥 野菜のスープ りんご煮 ミルク	10倍粥 野菜煮 バナナマッシュ ミルク	10倍粥 玉ねぎと豆腐のだし煮 梨 ミルク	10倍粥 豆腐の和風あんかけ オレンジ果汁 ミルク	10倍粥 にんじんとさつま芋のとりみ煮 バナナマッシュ ミルク	10倍粥 じゃがいもとにんじんのマッシュ バナナマッシュ ミルク						
午後		ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク					
午前	14		15	ミルク	16	ミルク	17	ミルク	18	ミルク	19	ミルク	
昼食		スポーツの日	10倍粥 さつまいものミルクマッシュ オレンジ果汁 ミルク	10倍粥 豆腐と人参の出汁煮 バナナマッシュ ミルク	10倍粥 白菜のとりみ煮 りんごのすりおろし ミルク	10倍粥 さつま芋とブロッコリーの煮物 オレンジ果汁 ミルク	10倍粥 たまねぎとにんじんのだし煮 バナナマッシュ ミルク						
午後			ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク						
午前	21	ミルク	22	ミルク	23	ミルク	24	ミルク	25	ミルク	26	ミルク	
昼食		10倍粥 ポトフ オレンジ果汁 ミルク	10倍粥 豆腐の野菜煮 バナナマッシュ ミルク	10倍粥 豆腐と人参の出汁煮 オレンジ果汁 ミルク	10倍粥 豆腐の野菜あんかけ煮 りんごのすりおろし ミルク	10倍粥 納豆煮 かぼちゃ煮 梨のすりおろし ミルク	10倍粥 にんじんと小松菜のスープ オレンジ果汁 ミルク						
午後		ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク						
午前	28	ミルク	29	ミルク	30	ミルク	31	ミルク					
昼食		10倍粥 豆腐と野菜の煮物 オレンジ果汁 ミルク	10倍粥 ほうれん草のとりみ煮 バナナマッシュ ミルク	10倍粥 豆腐とかぼちゃの和風あんかけ煮 りんごのすりおろし ミルク	10倍粥 かぼちゃのシチュー キャベツのツナ和え 梨のすりおろし								
午後		ミルク	ミルク	ミルク	ミルク								

☆発注や園の行事の関係で献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。
 ☆ミルクは個人に合わせて提供します。

