



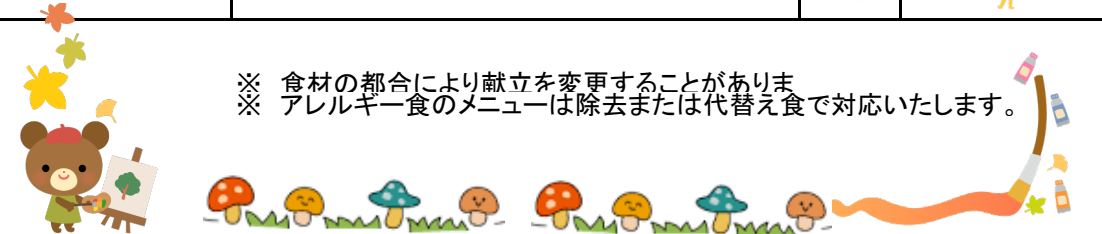




10月 幼児食献立表



日曜日	昼食	食材	フルーツ	おやつ	日曜日	昼食	食材	フルーツ	おやつ	
1 金	ふりかけご飯 おからナゲット 胡瓜のおかかあえ レバー汁	白米 ふりかけ 木綿豆腐 おから マヨネーズ 胡瓜 糸かつお 鶏レバー 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ねぎ みそ	青きりみかん	黒ゴマサンド 牛乳 食パン 黒ゴマペースト	18 月	麦ご飯 サバのおろし煮 麩チャンブルー 冬瓜のみそ汁	白米 押し麦 さば 大根 ねぎ キャベツ 人参 からし菜 車麩 卵 ポーク缶 冬瓜 厚揚げ ねぎ みそ	りんご	アメリカンドック 牛乳 ホットケーキミックス 卵 牛乳 ウインナー	
2 土	生姜焼き丼 ワカメと白菜の和え物 豆腐のすまし汁	白米 豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン 白菜 わかめ 人参 ツナ缶 絹豆腐 アーサ ねぎ	バナナ	お楽しみおやつ	19 火	ご飯 ユーリンチー ジャーマンポテト ワカメスープ	白米 鶏肉 長ネギ じゃが芋 玉ねぎ ウインナー ピーマン ワカメ 玉ねぎ ねぎ	青きりみかん	ホットケーキ 牛乳 ホットケーキミックス 砂糖 牛乳 卵 バター メープルシロップ	
4 月	豆腐のドライカレー丼 ブロッコリーサラダ かき玉汁	白米 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 ピーマン 椎茸 木綿豆腐 ブロッコリー 人参 ツナ缶 卵 小松菜	オレンジ	レーズンケーキ 牛乳 バター 砂糖 卵 小麦粉 レーズン ベーキングパウダー	20 水	ポークカレー キャベツサラダ モズクスープ	白米 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 グリンピース キャベツ ツナ缶 かいわれ 人参 モズク ねぎ	柿	練乳小豆蒸しパン 牛乳 豆乳 練乳 ホットケーキミックス 小倉あん	
5 火	ご飯 サバの竜田揚げ 人参しりしり 冬瓜のみそ汁	白米 サバ トマト 人参 玉ねぎ 鶏ミンチ なら 卵 冬瓜 しめじ ねぎ みそ	りんご	スイートポテト 牛乳 さつま芋 砂糖 バター 生クリーム	21 木	玄米ご飯 魚の天ぷら 豆腐チャンブルー ソーメン汁	白米 玄米 白身魚 てんぷら粉 ブロッコリー もやし ツナ缶 人参 木綿豆腐 からし菜 ソーメン ねぎ	梨	プリン クラッカー	
6 水	ひじきミートスパゲティ フレンチサラダ 卵ときのこのスープ	スパゲティ 合挽き ひじき 玉ねぎ ピーマン 人参 トマト レタス 人参 りんご コーン 卵 えのき ねぎ	バナナ	ジュシーおにぎり サキイカ 白米 昆布 ツナ缶 ねぎ 人参	22 金	 7周年創立記念バイキング 				
7 木	ご飯 魚のもみじ焼き クワイリチー キャベツのみそ汁	白米 白身魚 人参 マヨネーズ ブロッコリー 刻み昆布 切干大根 人参 豚肉 なら こんにゃく キャベツ 人参 油揚げ みそ	オレンジ	チョコチップ蒸しパン 牛乳 ホットケーキミックス 卵 砂糖 ココア 油 チョコチップ 牛乳	23 土	焼きそば 小松菜の和え物 大根のみそ汁	中華麺 豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン もやし 小松菜 人参 ちくわ 大根 ワカメ ねぎ みそ	バナナ	お楽しみおやつ	
8 金	タコライス 胡瓜ちくわ わかめスープ	白米 合挽き 玉ねぎ 人参 ピーマン レタス トマト チーズ 胡瓜 ちくわ わかめ しめじ 玉ねぎ ねぎ	柿	カレーチーズラスク 牛乳 食パン チーズ カレー粉 マヨネーズ	25 月	ご飯 カラフル麻婆豆腐 南瓜サラダ アーサ汁	白米 木綿豆腐 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 ピーマン 南瓜 卵 玉ねぎ チーズ マヨネーズ アーサ えのき ねぎ	青きりみかん	ソーメンチャンプ お茶 ソーメン 玉ねぎ ツナ缶 なら	
9 土	チャーハン ワカメの和え物 鶏スープ	白米 ポーク 玉ねぎ 人参 からし菜 卵 ワカメ 胡瓜 ツナ缶 鶏むね肉 キャベツ	バナナ	お楽しみおやつ	26 火	フィッシュバーガー 野菜サラダ クラムチャウダー	パン 白身魚 卵 小麦粉 卵 玉ねぎ マヨネーズ レタス 胡瓜 トマト じゃが芋 玉ねぎ 人参 ベーコン アサリ 牛乳 グリンピース	オレンジ	パースディケーキ 野菜ジュース	
11 月	ピピン丼 もずく酢 なめこ汁	白米 豚肉 人参 玉ねぎ なら もやし もずく 胡瓜 絹豆腐 なめこ ねぎ みそ	オレンジ	メロンパンスコーン 牛乳 バター 砂糖 卵 ホットケーキミックス バニラエッセンス	27 水	もちぎひご飯 豚肉の味噌漬け焼き 冬瓜とちくわの煮物 うどん汁	白米 もちぎひ 豚肉 玉ねぎ 人参 いんげん 冬瓜 ちくわ うどん ねぎ	バナナ	ヒラヤーチー 牛乳 卵 小麦粉 ねぎ ツナ缶	
12 火	 お弁当会 				28 木	さつま芋ご飯 鮭の西京焼き ひじき炒め ゆし豆腐	白米 さつま芋 鮭 みそ トマト ひじき 人参 豚肉 しらたき 大豆 なら ゆし豆腐 ねぎ	りんご	わらびもち 牛乳 芋くず 砂糖 タピオカ きなこ	
13 水	ご飯 ハンバーグ ポテトサラダ コンソメスープ	白米 合挽き 玉ねぎ 人参 ピーマン コーン 卵 パン粉 じゃが芋 卵 人参 胡瓜 マヨネーズ 玉ねぎ 人参 セロリ	オレンジ	大芋 牛乳 さつま芋 ごま 砂糖 油	29 金	ご飯 南瓜コロケ もやしのカレーソテー コンソメスープ 《ハローウィンメニュー》	白米 南瓜 玉ねぎ 合挽き 卵 小麦粉 パン粉 油 もやし 人参 ピーマン ちくわ 玉ねぎ 人参 パセリ	梨	ハローウィンケーキ 牛乳 バター 砂糖 卵 ホットケーキミックス 牛乳 チョコ	
14 木	ご飯 鮭のチーズマヨ焼き きんぴらごぼう 大根のみそ汁	白米 鮭 マヨネーズ チーズ ブロッコリー ごぼう 人参 ツキアゲ こんにゃく なら ごま 大根 アーサ ねぎ みそ	りんご	バナナクッキー 牛乳 ホットケーキミックス バナナ 砂糖 油	30 土	ケチャップライス キャベツの和え物 ワカメのみそ汁	白米 ウインナー 人参 玉ねぎ ピーマン キャベツ 人参 ツナ缶 ワカメ 玉ねぎ ねぎ みそ	バナナ	お楽しみおやつ	
15 金	《17日沖繩そばの日》				青きりみかん	油みそおにぎり 焼ししゃも 白米 みそ ツナ缶 油 砂糖	※ 食材の都合により献立を変更することがあります ※ アレルギー食のメニューは除去または代替え食で対応いたします。			
16 土	ジュシー 春雨サラダ 鶏汁	白米 ツナ缶 人参 ひじき なら 春雨 白菜 ちくわ 鶏むね肉 冬瓜 人参 こんにゃく ねぎ	バナナ	お楽しみおやつ						



10月 離乳食 献立表



令和3年

つぼみっ子保育園

日曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月 中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月 後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月	ヨーグルト状(ペースト) 豆腐の固さ(マッシュ) バナナの固さ(柔らかく刻む)	おやつ (3回食より開始)	日曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月 中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月 後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月	ヨーグルト状(ペースト) 豆腐の固さ(マッシュ) バナナの固さ(柔らかく刻む)	おやつ (3回食より開始)
1 金	初期	つぶし粥 豆腐のすり流し 人参ペースト 野菜スープ 果汁	ポテトサンド	18 月	初期	つぶし粥 魚のすり流し 野菜ペースト 冬瓜スープ 果汁	おじや キャベツスープ
	中期	全粥 豆腐のつぶし煮 胡瓜のつぶしあえ 野菜スープ 果物			中期	全粥 魚のつぶし煮 野菜のつぶし煮 冬瓜のみそ汁 果物	
	後期	軟飯 豆腐の煮物 胡瓜の和え物 レバー汁 果物			後期	軟飯 魚のおろし煮 野菜の柔らか煮 冬瓜のみそ汁 果物	
2 土	初期	つぶし粥 魚のすり流し 白菜の和え物マッシュ 豆腐のすり流し汁 果汁	お楽しみおやつ 	19 火	初期	つぶし粥 野菜ペースト じゃが芋マッシュ 豆腐のすり流し汁 果汁	バナナパンケーキ
	中期	全粥 魚のつぶし煮 白菜のおろしあえ 豆腐のすまし汁 果物			中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 豆腐のすまし汁 果物	
	後期	軟飯 魚の煮つけ 白菜の和え物 豆腐のすまし汁 果物			後期	軟飯 鶏肉の煮物 じゃが芋の煮物 豆腐のすまし汁 果物	
4 月	初期	つぶし粥 野菜ペースト ブロッコリーサラダマッシュ 小松菜スープ 果汁	おじや 鶏スープ	20 水	初期	つぶし粥 野菜ペースト キャベツサラダマッシュ ほうれん草スープ 果汁	おじや キャベツスープ
	中期	全粥 鶏肉のつぶし野菜煮 ブロッコリーつぶしサラダ 豆腐のすまし汁 果物			中期	全粥 ささみと野菜のつぶし煮 つぶしキャベツサラダ ほうれん草スープ 果物	
	後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 ブロッコリーサラダ 豆腐のすまし汁 果物			後期	軟飯 ささみの野菜煮 キャベツサラダ ほうれん草スープ 果物	
5 火	初期	つぶし粥 魚とトマトのすり流し 人参と豆腐のすり流し 冬瓜スープ 果汁	さつま芋おやき	21 木	初期	つぶし粥 魚とトマトのすり流し 人参炒り煮マッシュ すましスープ 果汁	おじや 豆腐のみそ汁
	中期	全粥 魚とトマトのつぶし煮 人参と豆腐のつぶし煮 冬瓜のみそ汁 果物			中期	全粥 魚とトマトのつぶし煮 人参つぶし煮 ソーメン汁 果物	
	後期	軟飯 魚のトマト煮 人参いり豆腐 冬瓜のみそ汁 果物			後期	軟飯 魚のトマト煮 人参いり煮 ソーメン汁 果物	
6 水	初期	つぶし粥 野菜のすり流し サラダマッシュ じゃが芋スープ 果汁	おじや レタススープ	22 金	初期	 7周年創立記念メニュー 	
	中期	全粥 ささみと野菜のつぶし煮 つぶしサラダ じゃが芋スープ 果物			中期		
	後期	軟飯 ささみの野菜煮 サラダ じゃが芋スープ 果物			後期		
7 木	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 人参ペースト キャベツスープ 果汁	しらす粥 鶏スープ	23 土	初期	つぶし粥 野菜ペースト 小松菜あえマッシュ 大根スープ 果汁	お楽しみおやつ 
	中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 切干大根のつぶし煮 キャベツのみそ汁 果物			中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 小松菜のつぶしあえ 大根のみそ汁 果物	
	後期	軟飯 魚の野菜煮 切干大根の柔らか煮 キャベツのみそ汁 果物			後期	軟飯 鶏肉の煮物 小松菜の和え物 大根のみそ汁 果物	
8 金	初期	つぶし粥 豆腐のすり流し トマトサラダマッシュ オニオンスープ 果汁	チーズパン 胡瓜スティック	25 月	初期	つぶし粥 豆腐のすり流し 南瓜サラダマッシュ オニオンスープ 果汁	にゅうめん
	中期	全粥 豆腐のつぶし煮 つぶしトマトサラダ オニオンスープ 果物			中期	全粥 つぶしマーボー豆腐 つぶし南瓜サラダ オニオンスープ 果物	
	後期	軟飯 豆腐のくず煮 トマトサラダ ワカメスープ 果物			後期	軟飯 マーボー豆腐 南瓜サラダ オニオンスープ 果物	
9 土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ キャベツスープ 果汁	お楽しみおやつ 	26 火	初期	つぶし粥 魚のすり流し 野菜サラダマッシュ ミルク野菜スープ 果汁	バナナパンケーキ
	中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 つぶしポテトサラダ 鶏スープ 果物			中期	全粥 魚のつぶし煮 つぶし野菜サラダ ミルク野菜スープ 果物	
	後期	軟飯 魚と野菜の煮物 ポテトサラダ 鶏スープ 果物			後期	軟飯 魚の煮つけ 野菜サラダ ミルク野菜スープ 果物	
11 月	初期	つぶし粥 野菜ペースト 南瓜のマッシュ 豆腐のすり流し汁 果汁	おじや 南瓜スープ	27 水	初期	つぶし粥 白身魚のすり流し 冬瓜ペースト すましスープ 果汁	アーサおじや 冬瓜スープ
	中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 南瓜の煮物 豆腐のみそ汁 果物			中期	全粥 白身魚のつぶし煮 冬瓜つぶし煮 つぶしうどん汁 果物	
	後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 南瓜の煮物 豆腐のみそ汁 果物			後期	軟飯 豚肉の野菜煮 冬瓜の煮物 うどん汁 果物	
12 火	初期	つぶし粥 魚のすり流し 小松菜和えマッシュ じゃが芋スープ 果汁	じゃが芋おやき	28 木	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 人参ペースト すましスープ 果汁	さつま芋 ウムニー
	中期	全粥 魚のつぶし煮 つぶし小松菜あえ じゃが芋スープ 果物			中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 人参つぶし煮 ゆし豆腐 果物	
	後期	軟飯 魚の野菜煮 小松菜の和え物 じゃが芋スープ 果物			後期	軟飯 魚の野菜煮 人参炒め煮 ゆし豆腐 果物	
13 水	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ポテトマッシュ オニオンスープ 果汁	さつま芋おやき	29 金	初期	つぶし粥 南瓜ペースト 野菜ペースト オニオンスープ 果汁	南瓜パンケーキ
	中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 ポテトサラダマッシュ オニオンスープ 果物			中期	全粥 南瓜のつぶし煮 つぶし野菜煮 オニオンスープ 果物	
	後期	軟飯 魚の野菜煮 ポテトサラダ オニオンスープ 果物			後期	軟飯 南瓜の煮物 野菜煮 オニオンスープ 果物	
14 木	初期	つぶし粥 白身魚のすり流し 野菜ペースト 大根スープ 果汁	鮭おじや 鶏スープ	30 土	初期	つぶし粥 野菜ペースト キャベツあえマッシュ オニオンスープ 果汁	お楽しみおやつ 
	中期	全粥 鮭のつぶしミルク煮 つぶし野菜きんぴら 大根のみそ汁 果物			中期	全粥 ササミと野菜のつぶし煮 つぶしキャベツあえ オニオンスープ 果物	
	後期	軟飯 鮭のミルク煮 野菜きんぴら 大根のみそ汁 果物			後期	軟飯 ササミと野菜の煮物 キャベツの和え物 ワカメのみそ汁 果物	
15 金	初期	つぶし粥 南瓜ペースト キャベツの和え物マッシュ オニオンスープ 果汁	にゅうめん	 <p>※ 離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整しています。 ※ 食材の都合により献立を変更することがあります。</p>			
	中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 キャベツのつぶしあえ オニオンスープ 果物					
	後期	軟飯 鶏肉の煮物 キャベツの和え物 オニオンスープ 果物					
16 土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 白菜サラダマッシュ 野菜スープ 果汁	お楽しみおやつ 				
	中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 白菜つぶしサラダ 鶏スープ 果物					
	後期	軟飯 魚の野菜煮 白菜サラダ 鶏スープ 果物					