

2024年 10月

予定献立表

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	みそラーメン 生中華麺・豚ひき肉・キャベツ・人参 にら・もやし・コーン・しょうが・にんにく ごま油・ガラスープ・みそ・食塩 のり塩じゃがりター じゃがいも・青のり・食塩・バター りんご	ごはん チャプチェ 豚こま肉・春雨・チンゲン菜・人参・玉ねぎ 砂糖・しょうゆ・ガラスープ・ごま油 ほうれん草のナムル ほうれん草・もやし・人参・コーン 白いりごま・ガラスープ・食塩・ごま油 卵スープ 卵・ニラ・ねぎ・ガラスープ	ごはん 鮭の西京焼き 鮭・みそ・砂糖・みりん ひじきと高野豆腐の煮物 ひじき・高野豆腐・大根・人参・いんげん だし・砂糖・しょうゆ・みりん ほうれん草のみそ汁 ほうれん草・油揚げ・だし・みそ	ツイストパン 鶏肉のマーマレード焼き 鶏もも肉・玉ねぎ・マーマレード しょうゆ・みりん マカロニサラダ マカロニ・人参・きゅうり・コーン マヨネーズ 野菜スープ 白菜・かぼちゃ・えのきたけ・コンソメ	ごはん 鶏肉と野菜のスタミナ炒め 鶏もも肉・玉ねぎ・人参・キャベツ にんにく・しょうが・ガラスープ・食塩 サラダ油 ブロッコリーのごま和え ブロッコリー・人参・白すりごま 砂糖・しょうゆ キャベツのみそ汁 キャベツ・玉ねぎ・わかめ・だし・みそ
	中華おこわ 米・もち米・鶏もも肉・人参・ねぎ ゆでたけのこ・砂糖・しょうゆ・ごま油	パンプキンクリームサンド 食パン・かぼちゃ・砂糖・生クリーム	キャラメル風麩ラスク 麩・砂糖・バター・牛乳	ツナみそ焼きおにぎり 米・ツナ・みそ・砂糖・みりん	おにぎり 米・ふりかけ
7	8	9	10	11	12
カレーライス 米・豚こま肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも カレールー ほうれん草のソテー ほうれん草・もやし・しめじ コーン・しょうゆ・サラダ油 さつまいものスープ さつまいも・枝豆・玉ねぎ・コンソメ	鶏肉ときのこのスパゲッティ スパゲッティ・鶏もも肉・しめじ・まいたけ えのきたけ・サラダ油・だし しょうゆ・きざみのみり 白菜のコールスロー 白菜・きゅうり・人参・コーン マヨネーズ かぼちゃのスープ かぼちゃ・玉ねぎ・コンソメ	ごはん 酢鶏 鶏もも肉・人参・玉ねぎ・ピーマン・ごま油 ケチャップ・酢・砂糖・しょうゆ・片栗粉 もやしの中華サラダ もやし・きゅうり・人参・わかめ・コーン 白いりごま・酢・砂糖・しょうゆ・ごま油 大根スープ 大根・小ねぎ・ガラスープ	ごはん 豆腐ハンバーグの和風あんか け 鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ・人参・しめじ えのきたけ・なめこ・だし・しょうゆ みりん・片栗粉・食塩・サラダ油 大根と梅ののり和え 大根・きゅうり・練り梅・きざみのみり かつお節・しょうゆ 根菜のみそ汁 かぼちゃ・ごぼう・れんこん ねぎ・だし・みそ	郷土料理(スペイン) ロールパン カバリア・コントマテ さば・小麦粉・片栗粉・玉ねぎ・人参 トマト缶・にんにく・しょうが・コンソメ 食塩・サラダ油 パタタス・ブラバス じゃがいも・にんにく・ケチャップ マヨネーズ・サラダ油 ソパ・デ・アホ ベーコン・卵・玉ねぎ・パプリカ・にんにく コンソメ・食塩・サラダ油	肉うどん 干しうどん・豚こま肉・玉ねぎ・人参 干し椎茸・だし・しょうゆ・みりん 小松菜のさっぱり和え 小松菜・もやし・人参・酢・砂糖・しょうゆ バナナ
わらびもち 片栗粉・砂糖・きな粉・黒糖 おしやぶり昆布	豚こぼろおにぎり 米・豚こま肉・ごぼう・白滝 砂糖・しょうゆ・きざみのみり	スイートポテト さつまいも・バター・砂糖・牛乳	ジャムスコーン ホットケーキミックス・いちごジャム・バター	スペイン風トルティージャ 卵・じゃがいも・玉ねぎ・ハム・ピーマン サラダ油・食塩・コンソメ	おにぎり 米・ふりかけ
14	15	16	17	18	19
スポーツの日	みそラーメン 生中華麺・豚ひき肉・キャベツ・人参 にら・もやし・コーン・しょうが・にんにく ごま油・ガラスープ・みそ・食塩 のり塩じゃがりター じゃがいも・青のり・食塩・バター りんご	ごはん チャプチェ 豚こま肉・春雨・チンゲン菜・人参・玉ねぎ 砂糖・しょうゆ・ガラスープ・ごま油 ほうれん草のナムル ほうれん草・もやし・人参・コーン 白いりごま・ガラスープ・食塩・ごま油 卵スープ 卵・ニラ・ねぎ・ガラスープ	ごはん 鮭の西京焼き 鮭・みそ・砂糖・みりん ひじきと高野豆腐の煮物 ひじき・高野豆腐・大根・人参・いんげん だし・砂糖・しょうゆ・みりん ほうれん草のみそ汁 ほうれん草・油揚げ・だし・みそ	ツイストパン 鶏肉のマーマレード焼き 鶏もも肉・玉ねぎ・マーマレード しょうゆ・みりん マカロニサラダ マカロニ・人参・きゅうり・コーン マヨネーズ 野菜スープ 白菜・かぼちゃ・えのきたけ・コンソメ	ごはん 鶏肉と野菜のスタミナ炒め 鶏もも肉・玉ねぎ・人参・キャベツ にんにく・しょうが・ガラスープ・食塩 サラダ油 ブロッコリーのごま和え ブロッコリー・人参・白すりごま 砂糖・しょうゆ キャベツのみそ汁 キャベツ・玉ねぎ・わかめ・だし・みそ
	中華おこわ 米・もち米・鶏もも肉・人参・ねぎ ゆでたけのこ・砂糖・しょうゆ・ごま油	パンプキンクリームサンド 食パン・かぼちゃ・砂糖・生クリーム	キャラメル風麩ラスク 麩・砂糖・バター・牛乳	ツナみそ焼きおにぎり 米・ツナ・みそ・砂糖・みりん	おにぎり 米・ふりかけ
21	22	23	24	25	26
高野豆腐のそぼろ丼 米・高野豆腐・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参 干し椎茸・だし・砂糖・しょうゆ・サラダ油 キャベツ・人参・もやし・塩昆布 切干大根のみそ汁 切干大根・玉ねぎ・わかめ・だし・みそ	鶏肉ときのこのスパゲッティ スパゲッティ・鶏もも肉・しめじ・まいたけ えのきたけ・サラダ油・だし しょうゆ・きざみのみり 白菜のコールスロー 白菜・きゅうり・人参・コーン マヨネーズ かぼちゃのスープ かぼちゃ・玉ねぎ・コンソメ	ごはん 酢鶏 鶏もも肉・人参・玉ねぎ・ピーマン・ごま油 ケチャップ・酢・砂糖・しょうゆ・片栗粉 もやしの中華サラダ もやし・きゅうり・人参・わかめ・コーン 白いりごま・酢・砂糖・しょうゆ・ごま油 大根スープ 大根・小ねぎ・ガラスープ	ごはん 豆腐ハンバーグの和風あんか け 鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ・人参・しめじ えのきたけ・なめこ・だし・しょうゆ みりん・片栗粉・食塩・サラダ油 大根と梅ののり和え 大根・きゅうり・練り梅・きざみのみり かつお節・しょうゆ 根菜のみそ汁 かぼちゃ・ごぼう・れんこん ねぎ・だし・みそ	お誕生会 お楽しみパン 鶏肉のカレーチーズ焼き 鶏もも肉・カレー粉・砂糖・しょうゆ みりん・チーズ ブロッコリーのかにかまサラダ ブロッコリー・かにかま・人参・枝豆 コーン・酢・砂糖・しょうゆ・サラダ油 コーンスープ クリームコーン缶・コーン・コンソメ ぶどうジュース	肉うどん 干しうどん・豚こま肉・玉ねぎ・人参 干し椎茸・だし・しょうゆ・みりん 小松菜のさっぱり和え 小松菜・もやし・人参・酢・砂糖・しょうゆ バナナ
ハムとチーズの蒸しパン 小麦粉・ハム・卵・チーズ・砂糖・牛乳 ベーキングパウダー・サラダ油	豚こぼろおにぎり 米・豚こま肉・ごぼう・白滝 砂糖・しょうゆ・きざみのみり	スイートポテト さつまいも・バター・砂糖・牛乳	ジャムスコーン ホットケーキミックス・いちごジャム・バター	タルトタタン ホットケーキミックス・りんご・卵 砂糖・バター・レモン汁・牛乳	おにぎり 米・ふりかけ
28	29	30	31		
カレーライス 米・豚こま肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも カレールー ほうれん草のソテー ほうれん草・もやし・しめじ コーン・しょうゆ・サラダ油 さつまいものスープ さつまいも・枝豆・玉ねぎ・コンソメ	ビビンバ丼 米・豚ひき肉・ほうれん草・人参・もやし にんにく・きざみのみり・砂糖・しょうゆ ガラスープ・白いりごま・ごま油 小松菜とひじきのゆかり和え 小松菜・ひじき・ゆかり 春雨のスープ 春雨・人参・コーン・ガラスープ	ハロウィン 米・豚ひき肉・玉ねぎ・パン粉・牛乳・食 塩 サラダ油・砂糖・ケチャップ・中濃ソース チーズ・レーズン パンプキンサラダ かぼちゃ・きゅうり・マヨネーズ ベーコンと野菜のスープ ベーコン・じゃがいも・玉ねぎ・キャベツ コンソメ・サラダ油	ごはん 鶏のみぞれ煮 鶏もも肉・玉ねぎ・なす・大根 砂糖・しょうゆ・サラダ油 ちくわとピーマンの甘辛炒め ちくわ・ピーマン・人参・白滝 砂糖・しょうゆ・白いりごま・サラダ油 ごぼうのみそ汁 ごぼう・じゃがいも・ねぎ・だし・みそ		
わらびもち 片栗粉・砂糖・きな粉・黒糖 煮干し	塩そうめんチャンプルー そうめん・豚こま肉・にら・人参 玉ねぎ・ガラスープ・食塩 かつお節・ごま油	ハロウィンクッキー 小麦粉・かぼちゃ・バター・砂糖・牛乳	ココアトースト 食パン・バター・砂糖・ココア		

※ 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。

※ 献立は、月2回の繰り返し献立になっています。1度目は食べられなくても、2度目は味を覚えてもらえるようになっています。

※ 食物アレルギー児のお子様は()が代替品となります。

※ 月～木、おやつ時、金、昼食時に牛乳を提供しています。

※ 月に1度、郷土料理か世界の料理を取り入れていきます。今月はスペインです。

10/1/2024

離乳食予定献立表

月	火	水	木	金
	1	2	3	4
	みそうどん 干しうどん・豚ひき肉・キャベツ・人参 もやし・コーン・だし・みそ のり塩じゃがバター じゃがいも・青のり・食塩・バター りんごの甘煮 りんご・砂糖	ごはん 豚肉と春雨の炒め煮 豚こま肉・春雨・チンゲン菜・人参・玉 ねぎ 砂糖・しゅうゆ・サラダ油 ほうれん草の和え物 ほうれん草・もやし・人参・コーン 砂糖・しょうゆ 卵スープ 卵・ねぎ・だし・しょうゆ	ごはん 鮭のみそ煮 鮭・みそ・砂糖 ひじきと高野豆腐の煮物 ひじき・高野豆腐・大根・人参・いんげ ん だし・砂糖・しょうゆ ほうれん草のみそ汁 ほうれん草・だし・みそ	食パン 鶏肉の照り煮 鶏もも肉・玉ねぎ・砂糖・しょうゆ マカロニサラダ マカロニ・人参・きゅうり・コーン マヨネーズ 野菜スープ 白菜・かぼちゃ・えのきたけ・コンソメ
	鶏やさいごはん 米・鶏もも肉・人参・ねぎ 砂糖・しょうゆ	パンキンパン 食パン・かぼちゃ・砂糖	麩のミルク煮 麩・牛乳・砂糖	ツナみそごはん 米・ツナ・みそ・砂糖
7	8	9	10	11
ごはん 肉じゃが 豚こま肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも 砂糖・しょうゆ ほうれん草のソテー ほうれん草・もやし・しめじ・コーン しょうゆ・サラダ油 さつまいものスープ さつまいも・枝豆・玉ねぎ・コンソメ	鶏肉ときのこのスパゲッティ スパゲッティ・鶏もも肉・しめじ まいたけ・えのきたけ・だし・しょうゆ 白菜のコールスロー 白菜・きゅうり・人参・コーン マヨネーズ かぼちゃのスープ かぼちゃ・玉ねぎ・コンソメ	ごはん 鶏肉のケチャップ煮 鶏もも肉・人参・玉ねぎ・ピーマン 砂糖・ケチャップ・しょうゆ もやしの和え物 もやし・きゅうり・人参・わかめ コーン・砂糖・しょうゆ 大根スープ 大根・小ねぎ・だし・しょうゆ	ごはん ひき肉の和風あんかけ 鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・しめじ えのきたけ・だし・しょうゆ・片栗粉 大根ときゅうりのおかか和え 大根・きゅうり・かつお節・しょうゆ 根菜のみそ汁 かぼちゃ・ねぎ・だし・みそ	食パン ツナと野菜のコンソメ煮 ツナ缶・玉ねぎ・人参・コンソメ ポテトサラダ じゃがいも・マヨネーズ 卵と野菜のスープ 卵・玉ねぎ・パプリカ・コンソメ
牛乳かんのきな粉がけ 牛乳・砂糖・寒天・きな粉	肉ごはん 米・豚こま肉・砂糖・しょうゆ	スイートポテト さつまいも・バター・砂糖・牛乳	蒸しパン 小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 牛乳・サラダ油	じゃがいもと野菜のマッシュ じゃがいも・玉ねぎ・ピーマン 食塩・バター
14	15	16	17	18
みそうどん 干しうどん・豚ひき肉・キャベツ・人参 もやし・コーン・だし・みそ のり塩じゃがバター じゃがいも・青のり・食塩・バター りんごの甘煮 りんご・砂糖	ごはん 豚肉と春雨の炒め煮 豚こま肉・春雨・チンゲン菜・人参・玉 ねぎ 砂糖・しゅうゆ・サラダ油 ほうれん草の和え物 ほうれん草・もやし・人参・コーン 砂糖・しょうゆ 卵スープ 卵・ねぎ・だし・しょうゆ	ごはん 鮭のみそ煮 鮭・みそ・砂糖 ひじきと高野豆腐の煮物 ひじき・高野豆腐・大根・人参・いんげ ん だし・砂糖・しょうゆ ほうれん草のみそ汁 ほうれん草・だし・みそ	食パン 鶏肉の照り煮 鶏もも肉・玉ねぎ・砂糖・しょうゆ マカロニサラダ マカロニ・人参・きゅうり・コーン マヨネーズ 野菜スープ 白菜・かぼちゃ・えのきたけ・コンソメ	
鶏やさいごはん 米・鶏もも肉・人参・ねぎ 砂糖・しょうゆ	パンキンパン 食パン・かぼちゃ・砂糖	麩のミルク煮 麩・牛乳・砂糖	ツナみそごはん 米・ツナ・みそ・砂糖	
21	22	23	24	25
高野豆腐のそぼろ丼 米・高野豆腐・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参 だし・砂糖・しょうゆ・サラダ油 キャベツの和え物 キャベツ・人参・もやし・砂糖・しょうゆ わかめのみそ汁 わかめ・玉ねぎ・だし・みそ	鶏肉ときのこのスパゲッティ スパゲッティ・鶏もも肉・しめじ まいたけ・えのきたけ・だし・しょうゆ 白菜のコールスロー 白菜・きゅうり・人参・コーン マヨネーズ かぼちゃのスープ かぼちゃ・玉ねぎ・コンソメ	ごはん 鶏肉のケチャップ煮 鶏もも肉・人参・玉ねぎ・ピーマン 砂糖・ケチャップ・しょうゆ もやしの和え物 もやし・きゅうり・人参・わかめ コーン・砂糖・しょうゆ 大根スープ 大根・小ねぎ・だし・しょうゆ	ごはん ひき肉の和風あんかけ 鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・しめじ えのきたけ・だし・しょうゆ・片栗粉 大根ときゅうりのおかか和え 大根・きゅうり・かつお節・しょうゆ 根菜のみそ汁 かぼちゃ・ねぎ・だし・みそ	食パン 鶏肉のチーズ煮 鶏もも肉・砂糖・しょうゆ・チーズ ブロッコリーの和え物 ブロッコリー・人参・枝豆 コーン・砂糖・しょうゆ コーンスープ クリームコーン缶・コーン・コンソメ
チーズ蒸しパン 小麦粉・チーズ・砂糖・牛乳 ベーキングパウダー・サラダ油	肉ごはん 米・豚こま肉・砂糖・しょうゆ	スイートポテト さつまいも・バター・砂糖・牛乳	蒸しパン 小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 牛乳・サラダ油	りんごの甘煮 りんご・砂糖
28	29	30	31	
ごはん 肉じゃが 豚こま肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも 砂糖・しょうゆ ほうれん草のソテー ほうれん草・もやし・しめじ・コーン しょうゆ・サラダ油 さつまいものスープ さつまいも・枝豆・玉ねぎ・コンソメ	ひき肉と野菜どんぶり 米・豚ひき肉・ほうれん草・人参・もや し 砂糖・しょうゆ・白いりごま 小松菜とひじきの和え物 小松菜・もやし・ひじき・砂糖・しょうゆ 春雨のスープ 春雨・人参・コーン・だし・しょうゆ	ごはん 肉団子の煮物 豚ひき肉・玉ねぎ・パン粉・牛乳 食塩・サラダ油・砂糖・しょうゆ かぼちゃサラダ かぼちゃ・きゅうり・マヨネーズ 野菜スープ じゃがいも・玉ねぎ・キャベツ コンソメ	ごはん 鶏のみぞれ煮 鶏もも肉・玉ねぎ・なす・大根 砂糖・しょうゆ・サラダ油 ピーマンと人参の炒め煮 ピーマン・人参・砂糖・しょうゆ 白いりごま・サラダ油 じゃがいものみそ汁 じゃがいも・ねぎ・だし・みそ	
牛乳かんのきな粉がけ 牛乳・砂糖・寒天・きな粉	塩そうめんチャンプルー そうめん・豚こま肉・人参・玉ねぎ・食 塩 だし・かつお節	かぼちゃ蒸しパン 小麦粉・ベーキングパウダー・かぼち や 砂糖・牛乳・サラダ油	シュガーパン 食パン・バター・砂糖	

※ 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。

※ 献立は、月2回の繰返し献立になっています。1度目は食べられなくても、2度目は味を覚えてもらえるようになっています。

※ 土曜日はご家庭で用意し、お持ち下さい。