



2019年10月 離乳食(完了期)予定献立表



日	曜日	昼食	材料	おやつ	材料
1	火	軟飯 中華スープ 麻婆茄子 トマトの中華和え フルーツ	米 わかめ・しめじ 茄子・にんにく・生姜・豚挽肉・長葱・ケチャップ・片栗粉 トマト フルーツ	豆乳ホットケーキ	ホットケーキミックス 豆乳・ジャム
2	水	ナポリタン コンソメスープ ブロッコリーサラダ フルーツ	スパゲティ・ウインナー・玉ねぎ・ピーマン・マッシュルーム・ケチャップ ほろれん草・コーン ブロッコリー・人参 フルーツ	フライドポテト	じゃが芋
3	木	軟飯 味噌汁 鶏肉の唐揚げ 白菜のツナ和え フルーツポンチ	米 じゃが芋・万能葱 鶏肉・生姜・にんにく・小麦粉・片栗粉 ツナ・白菜・人参 みかん缶・りんご・バナナ	ぶどうゼリー	寒天・ぶどうジュース 白桃缶 ウエハース
4	金	中華丼(軟飯) 春雨スープ もやしと胡瓜の和え物 フルーツ	米・豚肉・白菜・玉ねぎ・人参・片栗粉 梅蓮華・春雨 もやし・胡瓜・人参 フルーツ	芋もち	じゃが芋・片栗粉 梅干
5	土	豚肉と野菜のうどん さつま芋のレモン煮 フルーツ	うどん・豚肉・玉ねぎ・人参・グリーンピース さつま芋・レモン汁・レーズン フルーツ	青菜軟飯	米・菜めしの葉
6	日	マカロニグラタン 具沢山スープ 白菜サラダ フルーツ	マカロニ・バター・鶏肉・玉ねぎ・ジャガイモ・マッシュルーム・グリーンピース・人参・スライスしたトマト・チーズ・ドライパセリ ベーコン・じゃが芋・人参・ブロッコリー 白菜・胡瓜 フルーツ	メロンフルーツゼリー	メロンフルーツゼリー 牛乳
7	月	軟飯 豚汁 かかれの蒲焼き風 量の和え物 フルーツ	米 豚肉・豆腐・人参・大根・里芋・長葱 かかれい・小麦粉・片栗粉 まいだけ・しめじ・エリンギ・玉ねぎ・いんげん・パプリカ フルーツ	マドレーヌ	卵・小麦粉・バター ベーキングパウダー スキムミルク
8	火	バターロール コンソメスープ ミートボールのトマト煮 ポテトサラダ フルーツ	バターロール 人参・玉ねぎ 豚挽肉・豆腐・玉ねぎ・片栗粉・マッシュルーム・にんにく・カットトマト・ケチャップ じゃが芋・胡瓜・人参・マヨドレ フルーツ	手作り肉まん	小麦粉・ベーキングパウダー 豚挽肉・葱・長葱 干し椎茸・片栗粉
9	水	子ぎつねうどん 豆腐チャン蒲郎 ヨーグルト	うどん・畑菜け・人参・ほうれん草 豆腐・豚肉・ピーマン・人参・長葱・かつお節 ヨーグルト	フレンチトースト	食パン・卵・牛乳 バター
10	木	軟飯 味噌汁 たらのフライ ポテトの丸が揚げ フルーツ	米 長葱・豆腐 たら・小麦粉・パン粉・ソース ブロッコリー・人参 フルーツ	りんごゼリー	寒天・りんごジュース りんご缶 ウエハース
11	金	軟飯 コンソメスープ ポトフ 春雨サラダ フルーツ	米 ほうれん草・コーン 鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・生姜・にんにく ツナ・春雨・胡瓜・人参 フルーツ	ふかし芋	さつま芋
12	土	野菜たっぷり揚げうどん 手作り餃子 フルーツ	うどん・豚肉・もやし・玉ねぎ・人参・にら 餃子の皮・豚挽肉・キャベツ・長葱 フルーツ	味噌軟飯	米・すり胡麻
13	日	お好み焼き(軟飯) コンソメスープ ほうれん草のサラダ フルーツ	卵・鶏肉・玉ねぎ・人参・グリーンピース・コーン・ケチャップ・醤油・片栗粉・マッシュルーム・カットトマト・ケチャップ・ソース じゃが芋・人参 ほうれん草・もやし・パプリカ フルーツ	せんべい クッキー	せんべい クッキー
14	月	軟飯 味噌汁 たらの竜田揚げ 金平ごぼう フルーツ	米 白菜・玉ねぎ たら・生鮭・片栗粉・小麦粉 ごぼう・人参 フルーツ	カルピスゼリー	カルピス・寒天 みかん缶 ウエハース
15	火	★お誕生日会★ きのこ汁(軟飯)・トーフ 鶏肉のチーズ焼き ホイロブロッコリー フルーツ	米・しめじ・えのき・玉ねぎ・コーン・バター・ドライパセリ・じゃが芋・人参 鶏肉・小麦粉・ケチャップ・チーズ・トマト ブロッコリー・マヨネーズ フルーツ	ホットケーキミックス スキムミルク・牛乳 卵・バター・さつま芋	ホットケーキミックス スキムミルク・牛乳 卵・バター・さつま芋
16	水	ちゃんぽん風うどん 手作り焼売 フルーツ	うどん・豚肉・人参・キャベツ・玉ねぎ・にら 豚挽肉・玉ねぎ・片栗粉・ワンタンの皮・グリーンピース フルーツ	マカロニきな粉	マカロニ・きな粉

*材料の入れ替えや、配達、天候等の都合により、献立を変更させて頂く場合がございます。
*午前おやつは業者様ご提供致します。
*だしには、かつお節・昆布・煮干しを使用しています。
*調味料として、醤油・三温糖・塩・味噌・サラダ油・ゴマ油・酢・コンソメ・中華だしを使用しています。
*今月のフルーツは、バナナ・りんご・オレンジ・グレープフルーツ・柿を使用する予定です。

瑞江わんぱく保育園

日	曜日	昼食	材料	おやつ	材料
17	木	軟飯 味噌汁 さけの香味焼き 里芋の草物 フルーツポンチ	米 おつゆ鮭・長葱 さけ・生姜・万能葱 里芋・人参 みかん缶・りんご・バナナ	レーズン蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー レーズン
18	金	三色汁(餅・鶏・青魚)(軟飯) 味噌汁 わかめとコーンの和え物 フルーツ	米・卵・鶏挽肉・ほうれん草・かつお節 小花鮭・玉ねぎ わかめ・胡瓜・コーン フルーツ	ジュガラスク	食パン・バター
19	土	田舎うどん ひもじいポテトの材料がらみ フルーツ	うどん・豚肉・大根・人参・干し椎茸・ほうれん草 煮干し・じゃが芋・いり胡麻 フルーツ	おかか軟飯	米・かつお節
20	日	麻婆豆腐丼(軟飯) たまごスープ ナムル フルーツ	米・豆腐・にんにく・生姜・豚挽肉・長葱・ケチャップ・片栗粉 卵・にら・片栗粉 もやし・胡瓜・いり胡麻 フルーツ	さつま芋蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー さつま芋
21	月	軟飯 コンソメスープ さわらのトマトソース ブロッコリーサラダ フルーツ	米 ほうれん草・コーン さわらのトマトソース ブロッコリー・人参 フルーツ	青のりポテト	じゃが芋・青のり
22	火	パン コンソメスープ ハンバーグ カリフラワーのさっぱりサラダ フルーツ	食パン・ジャム キャベツ・玉ねぎ 豚挽肉・豆腐・玉ねぎ・片栗粉・ケチャップ・ソース カリフラワー・胡瓜・人参 フルーツ	オレンジゼリー	寒天・オレンジジュース みかん缶 ウエハース
23	水	スパゲティミートソース コンソメスープ かぼちゃのミルク煮 フルーツ	スパゲティ・豚挽肉・玉ねぎ・にんにく・小麦粉・トマトピューレ・ケチャップ・ピーマン コンソメスープ かぼちゃのミルク煮 フルーツ	手作りプリン	牛乳・バニラエッセンス 卵
24	木	軟飯 味噌汁 たらのフリッター キャベツとチーズのサラダ フルーツ	米 庄内鮭・玉ねぎ たら・卵・牛乳・小麦粉・ソース チーズ・キャベツ・人参・マヨドレ フルーツ	焼きビーフン	ビーフン・豚挽肉 玉ねぎ・人参・小松菜
25	金	軟飯 コンソメスープ ポトフ 大根サラダ フルーツ	米 白菜・玉ねぎ 豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・生姜・にんにく ツナ・大根・コーン・すり胡麻 フルーツ	セサミトースト	食パン・バター すり胡麻
26	土	肉うどん キャベツサラダ フルーツ	うどん・豚肉・玉ねぎ・干し椎茸・小花鮭・小松菜 キャベツ・人参 フルーツ	さつま芋軟飯	米・さつま芋 いり胡麻
27	日	しらすゆ飯(軟飯) たまごスープ 手作り焼売 フルーツ	米・しらす・長葱・人参・ピーマン 卵・にら・片栗粉 豚挽肉・玉ねぎ・片栗粉・ワンタンの皮・グリーンピース フルーツ	マカロニナポリタン	マカロニ・人参 玉ねぎ・ピーマン コーン・ケチャップ
28	月	軟飯 味噌汁 さけのフライ ひじきとツナの煮物 フルーツ	米 ごぼう・玉ねぎ さけ・小麦粉・パン粉・ソース ひじき・人参・ツナ フルーツ	かぼちゃのきな粉団子	南瓜・レーズン きな粉
29	火	わかめ軟飯 具沢山汁 レバーの竜田揚げ 小松菜の胡麻和え フルーツ	米・わかめ軟飯の素 油揚げ・大根・人参・ごぼう・長葱 レバー・生姜・片栗粉・小麦粉 小松菜・人参・いり胡麻 フルーツ	さつま芋クッキー	さつま芋・ホットケーキミックス 牛乳・バター・いり胡麻
30	水	焼きうどん 中華スープ 白菜とツナのサラダ フルーツポンチ	うどん・豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン・ソース・青のり 梅蓮華・玉ねぎ 白菜・人参・ツナ 興桃缶・みかん缶・バナナ・レモン汁	メロンパン島	バターロール・バター 小麦粉
31	木	★ハロウィーン★ 軟飯・コンソメスープ ポーロピーンス かぼちゃサラダ フルーツ	米・もやし・小松菜 大豆水漬・豚肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・カットトマト・にんにく・バター・ケチャップ 南瓜・胡瓜・玉ねぎ・マヨドレ フルーツ	ぶどうフルーツゼリー	ぶどうフルーツゼリー 牛乳

