



# 2020年10月 離乳食(完了期)予定献立表



日	曜日	献立	材料	おやつ	材料
1	木	★十五夜★ オムライス(卵) クリームソース コンソメスープ マカロニサラダ フルーツポンチ	米・鶏肉・玉葱・人参・グリーンピース・コーン・クチャップ・卵・牛乳・マッシュルーム・玉葱・シチュールー・ドライパセリ ブロッコリー・人参 マカロニ・胡瓜・人参・マヨドレ 黄桃缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	お月見団子風 じゃが芋・片栗粉	牛乳 牛乳
2	金	豚肉と野菜のうどん 里芋の無糖 フルーツ	うどん・豚肉・玉葱・人参・グリーンピース 里芋・人参 フルーツ	おやき(軟飯) 米・しらす・胡麻 万能葱	牛乳 牛乳
3	土	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・玉葱・人参・片栗粉・ごま油 青梗菜・春雨 もやし・胡瓜・人参・ごま油 フルーツ	牛乳 マカロニきな粉	牛乳 マカロニ・きな粉
4	日	バターロール マカロニグラタン 白菜サラダ フルーツ	バターロール マカロニ・バター・胡瓜・玉葱・モックスパスタダブル・マッシュルーム・小松菜・バター・牛乳・スキムミルク・チーズ・ドライパセリ 白菜・胡瓜 フルーツ	さつま芋天 さつま芋・天ぷら粉	牛乳 牛乳
5	月	軟飯 豚汁 かかれの蒲焼き風 真の和風ソテー フルーツ	米 豚肉・豆腐・人参・大根・里芋・長葱 かかれ・小麦粉・片栗粉 鶏翼・しめじ・エリンギ・玉葱・いんげん・パプリカ フルーツ	マドレーヌ	牛乳 牛乳
6	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込み ポテトサラダ フルーツポンチ	バターロール 人参・玉葱 豚肉・玉葱・玉葱・片栗粉・マッシュルーム・にんにく・カットトマト・クチャップ・ブロッコリー じゃが芋・胡瓜・人参・マヨドレ 黄桃缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	ツパ炒飯(軟飯) 米・ツナ・長葱・人参	牛乳 牛乳
7	水	子ぎつねうどん 豆腐チャンプルー ヨーグルト	うどん・油揚げ・人参・小松菜 豆腐・豚肉・ピーマン・人参・長葱・ごま油・かつお節 ヨーグルト	さけ軟飯 米・鮭・胡麻	牛乳 牛乳
8	木	軟飯 味噌汁 たらのフライ 三色サラダ フルーツ	米 長葱・豆腐 たら・小麦粉・パン粉・ソース もやし・胡瓜・パプリカ フルーツ	オレンジゼリー ウエハース	牛乳 牛乳
9	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・玉葱・人参 ツナ・春雨・胡瓜・人参・ごま油 フルーツ	さつま芋蒸しパン 小松菜・ベーキングパウダー・ スキムミルク・さつま芋	牛乳 牛乳
10	土	野菜たっぷり醤油うどん 手作りの餃子 フルーツ	うどん・豚肉・もやし・玉葱・人参・にら・ごま油 餃子の皮・豚挽肉・キャベツ・長葱 フルーツ	ジョア 味噌軟飯	ジョア 米・胡麻
11	日	軟飯 味噌汁 鶏肉のパン粉焼き 白菜のツナ和え フルーツ	米 じゃが芋・万能葱 鶏肉・小麦粉・ドライパセリ・粉チーズ・パン粉・クチャップ・ソース ツナ・白菜・人参 フルーツ	牛乳 クッキー	牛乳 クッキー
12	月	軟飯 味噌汁 さわらの竜田揚げ 釜平ごぼう フルーツ	米 白菜・玉葱 さわら・生姜・片栗粉・小麦粉 ごぼう・人参・ごま油 フルーツ	牛乳 フライドポテト	牛乳 じゃが芋
13	火	三色卵(卵・鶏肉・豆腐)軟飯 味噌汁 春雨とコーンの和え物 フルーツポンチ	米・卵・鶏挽肉・ほうれん草・かつお節 鮭・玉葱 苜蓿・胡瓜・コーン・ごま油 黄桃缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	牛乳 フライドポテト	牛乳 じゃが芋
14	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・玉葱・にんにく・小麦粉・トマトピューレ・クチャップ・ピーマン 小松菜・人参 南瓜・牛乳 フルーツ	牛乳 ミニアメリカンドッグ	牛乳 ホットケーキミックス ワインナー・クチャップ
15	木	軟飯 味噌汁 さけの香味焼き さつま芋のレモン蒸し フルーツ	米 鮭・長葱 鮭・生姜・万能葱 さつま芋・レモン果汁・レーズン フルーツ	牛乳 ミニアメリカンドッグ	牛乳 ホットケーキミックス ワインナー・クチャップ
16	金	きのこピラフ(軟飯) コンソメスープ 鶏肉の唐揚げ ポルポロココロ・フルーツ	米・しめじ・えのき・玉葱・コーン・バター・ドライパセリ じゃが芋・人参 鶏肉・生姜・にんにく・小麦粉・片栗粉・トマト ブロッコリー・人参・マヨドレ・フルーツ	牛乳 ホットケーキミックス スクムミルク・牛乳 卵・バター・さつま芋 クリーム 牛乳	牛乳 ホットケーキミックス スクムミルク・牛乳 卵・バター・さつま芋 クリーム 牛乳

★材料の入荷状況や、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。  
 ＊午前おやつは実食をご提供致します。  
 ＊だし汁には、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・三島糖・塩・味噌・サラダ油・ごま油・酢・コンソメ・中華だしを使用しています。  
 ＊9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	献立	材料	おやつ	材料
17	土	ちゃんぽん風うどん 焼売 フルーツ	うどん・豚肉・人参・キャベツ・玉葱・にら・ごま油 豚挽肉・玉葱・片栗粉・ワンタンの皮・グリーンピース フルーツ	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳
18	日	麻婆豆腐丼(軟飯) たまごスープ アムル フルーツ	米・豆腐・にんにく・生姜・豚挽肉・長葱・クチャップ・片栗粉・ごま油 卵・にら・片栗粉 もやし・胡瓜・ごま油・胡麻 フルーツ	牛乳 レーズン蒸しパン	牛乳 牛乳
19	月	軟飯 コンソメスープ たらのトマトソース アスラサラダ フルーツ	米 ほうれん草・コーン たら・小麦粉・カットトマト・玉葱・バター・クチャップ・ソース アスパラ・人参 フルーツ	牛乳 青のりポテト	牛乳 じゃが芋・青のり
20	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・いちごジャム キャベツ・玉葱 豚挽肉・豆腐・玉葱・片栗粉・クチャップ・ソース カリフラワー・人参 フルーツ	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳
21	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・玉葱・人参・ピーマン・ソース・青のり 青梗菜・玉葱 白菜・人参・ツナ 黄桃缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳
22	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 ヨーグルト	米 鮭・玉葱 たら・ベーキングパウダー・小麦粉・ソース チーズ・キャベツ・人参・マヨドレ ヨーグルト	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳
23	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・玉葱 豚肉・じゃが芋・玉葱・人参 ツナ・大根・コーン・ごま油・胡麻 フルーツ	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳
24	土	肉うどん キャベツサラダ フルーツ	うどん・豚肉・玉葱・干し椎茸・鮭・小松菜 キャベツ・玉葱・人参 フルーツ	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳
25	日	親子丼(軟飯) 味噌汁 いんげんの胡麻和え フルーツ	米・鶏肉・玉葱・卵・海苔 若芽・万能葱 いんげん・えのき・人参・胡麻 フルーツ	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳
26	月	軟飯 味噌汁 さけフライ ひじきとツナの煮物 フルーツ	米 ごぼう・玉葱 さけ・小麦粉・パン粉・ソース ひじき・人参・ツナ フルーツ	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳
27	火	わかめ軟飯 興沢山汁 レバーの竜田揚げ 小松菜のおかか和え ヨーグルト	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・かつお節 ヨーグルト	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳
28	水	田舎うどん ツナ入り玉子焼き フルーツ	うどん・豚肉・大根・人参・干し椎茸・ほうれん草 卵・ツナ・玉葱・グリーンピース フルーツ	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳
29	木	しらす炒飯(軟飯) たまごスープ 焼売 フルーツポンチ	米・しらす・長葱・人参・ピーマン 卵・にら・片栗粉 豚挽肉・玉葱・片栗粉・ワンタンの皮・グリーンピース 黄桃缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳
30	金	ナポリタン コンソメスープ 温野菜 フルーツ	スパゲティ・ワインナー・玉葱・ピーマン・マッシュルーム・クチャップ ほうれん草・コーン ブロッコリー・れんこん・人参・マヨドレ フルーツ	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳
31	土	★ハロウィーン★ 軟飯・コンソメスープ かぼちゃコロック キャベツサラダ フルーツ	米・もやし・小松菜 南瓜・豚挽肉・玉葱・スキムミルク・小麦粉・パン粉・クチャップ・ソース キャベツ・人参・玉葱 フルーツ	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳

