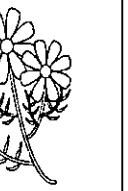


# ★ 10月 献立表 (本園離乳食完了期) ★

1 水	2 木	3 金	4 土	6 月	7 火	8 水	9 木	10 金	11 土	13 月	14 火	15 水	
<p>■ごはん 米 ■ポークチャップ ぶたにく たまねぎ しめじ ケチャップ さとう しお キャノーラ油 ■オクラのおかか和え おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう 花かつお みそしり はくさい ふ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> <p>星食</p>	<p>■みそうどん うどん とりにく はくさい にんじん しめじ 青ねぎ みそ 削りぶし だし昆布 みりん風 金平ごぼう ごぼう にんじん ごま油 濃口しょうゆ さとう ■スパゲティサラダ スパゲティ にんじん きゅうり マヨネーズ ■スープ きやべつ コーン ブイヨン しお</p>	<p>■ドライカレー 米 鶏ひき肉 たまねぎ 赤ビーマン トマト缶 ケチャップ さとう しお キャノーラ油 ■オクラのおかか和え おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう 花かつお みそしり はくさい ふ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■豚丼 米 たらの煮付け たら にんじん 青ねぎ トマト缶 ケチャップ さとう ■スパゲティサラダ スパゲティ にんじん きゅうり マヨネーズ ■スープ きやべつ コーン ブイヨン しお</p>	<p>■ごはん 米 たらの味噌炒め たら にんじん 青ねぎ トマト缶 ケチャップ さとう ■炒めなます 切干だいこん にんじん きなさや ごま油 穀物酢 淡口しょうゆ さとう ■スパゲティの和え物 ごま風 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしり みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 たらの味噌炒め たら にんじん 青ねぎ トマト缶 ケチャップ さとう ■炒めなます 切干だいこん にんじん きなさや ごま油 穀物酢 淡口しょうゆ さとう ■スパゲティの和え物 ごま風 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしり みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 たらの味噌炒め たら にんじん 青ねぎ トマト缶 ケチャップ さとう ■炒めなます 切干だいこん にんじん きなさや ごま油 穀物酢 淡口しょうゆ さとう ■スパゲティの和え物 ごま風 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしり みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 たらの味噌炒め たら にんじん 青ねぎ トマト缶 ケチャップ さとう ■炒めなます 切干だいこん にんじん きなさや ごま油 穀物酢 淡口しょうゆ さとう ■スパゲティの和え物 ごま風 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしり みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ホークカレー 米 鶏のねぎみそ焼き たら にんじん 青ねぎ トマト缶 ケチャップ さとう ■インゲンのごま和え ごま風 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■マカラニサラダ マカラニ きゅうり にんじん マヨネーズ</p>	<p>■鶏のすき焼き丼 米 たら にんじん 青ねぎ トマト缶 ケチャップ さとう ■野菜炒め きやべつ ごま豆 やし さやいんげん にんじん キャノーラ油 鶏がらスープ しお 濃口しょうゆ</p>	<p>■ごはん 米 たら にんじん 青ねぎ トマト缶 ケチャップ さとう ■野菜炒め きやべつ ごま豆 やし さやいんげん にんじん キャノーラ油 鶏がらスープ しお 濃口しょうゆ</p>	<p>■ごはん 米 たら にんじん 青ねぎ トマト缶 ケチャップ さとう ■野菜炒め きやべつ ごま豆 やし さやいんげん にんじん キャノーラ油 鶏がらスープ しお 濃口しょうゆ</p>	<p>■ごはん 米 たら にんじん 青ねぎ トマト缶 ケチャップ さとう ■野菜炒め きやべつ ごま豆 やし さやいんげん にんじん キャノーラ油 鶏がらスープ しお 濃口しょうゆ</p>	<p>■栗ごはん 米 マロン だし昆布 しお ■さわらの西京焼き さわら しお 甘みそ さとう ■春雨の酢の物 はるさめ きゅうり にんじん 穀物酢 さとう ■ひじき煮 ひじき にんじん あぶらさや きぬさや 濃口しょうゆ さとう ■みそしり みそ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>

## スポーツの日



10時	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>
3時	<p>■抹茶クッキー こむぎ粉 抹茶缶 マークリン さとう しお ■牛乳 牛乳</p>	<p>■おかかおにぎり 米 かつおぶし 濃口しょうゆ さとう ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■フルーツ (もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナツツサフレ 高野豆腐のココアトースト ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ボップコーン (きなこ) ポップコーンの素 キャノーラ油 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■セザミクッキー こむぎ粉 マーガリン ココア とうにゅう ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フルーツ (もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■コアックキー こむぎ粉 マークリン さとう ココア しお ■牛乳 牛乳</p>	

16 木	17 金	18 土	20 月	21 火	22 水	23 木	24 金	25 土	27 月	28 火	29 水	30 木	31 金
<p>■ナポリタン スパゲティ 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん ピーマン トマト缶 ケチャップ さとう ブイヨン しお キャノーラ油 ■ミニボトル だいこん ブロッコリー にんじん ウインナー ブイヨン しお</p>	<p>■キーマカレー 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 ブイヨン ■コーンサラダ コーン たまねぎ きゅうり にんじん マヨネーズ</p>	<p>■麻婆丼 米 とうふ 豚ひき肉 たまねぎ 青ねぎ しお ■はうれん草の和えもの ほうれんそう にんじん 濃口しょうゆ 鶏がらスープ ごま油 ■ブロッコリーの中華和え ブロッコリー にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ カットわかめ 鶏がらスープ 濃口しょうゆ</p>	<p>■ごはん 米 鶏の照り焼き たら にんじん 青ねぎ しお ■はうれん草の和えもの ほうれんそう にんじん 濃口しょうゆ 鶏がらスープ ごま油 ■ブロッコリーの中華和え ブロッコリー にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ カットわかめ 鶏がらスープ 濃口しょうゆ さとう ■みそしり みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 鶏の甘辛炒め たら にんじん 青ねぎ トマト缶 ケチャップ さとう ■はうれん草の和えもの ほうれんそう にんじん 濃口しょうゆ 鶏がらスープ ごま油 ■ブロッコリーの中華和え ブロッコリー にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ カットわかめ 鶏がらスープ 濃口しょうゆ さとう ■みそしり みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 たら にんじん 青ねぎ トマト缶 ケチャップ さとう ■はうれん草の和えもの ほうれんそう にんじん 濃口しょうゆ 鶏がらスープ ごま油 ■ブロッコリーの中華和え ブロッコリー にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ カットわかめ 鶏がらスープ 濃口しょうゆ さとう ■みそしり みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■やきそば 米 たら にんじん 青ねぎ トマト缶 ケチャップ さとう ■はうれん草の和えもの ほうれんそう にんじん 濃口しょうゆ 鶏がらスープ ごま油 ■ブロッコリーの中華和え ブロッコリー にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ カットわかめ 鶏がらスープ 濃口しょうゆ さとう ■みそしり みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■チキンカレー 米 たら にんじん 青ねぎ トマト缶 ケチャップ さとう ■インゲンの和え物 中濃ソース キャノーラ油 ■具だくさん味噌汁 きゅうり にんじん だいこん あづぼう にんじん 青ねぎ みそ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■豚肉の生姜焼き丼 米 たら にんじん 青ねぎ トマト缶 ケチャップ さとう ■インゲンの和え物 中濃ソース キャノーラ油 ■具だくさん味噌汁 きゅうり にんじん だいこん あづぼう にんじん 青ねぎ みそ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 たら にんじん 青ねぎ トマト缶 ケチャップ さとう ■白身魚のフライ 白身魚 にんじん コーン たまねぎ マーガリン バセリ缶 ■豆腐ハンバーグ ハンバーグ ケチャップ ■マカラニサラダ マカラニ きゅうり にんじん マヨネーズ ■コンソメスープ ブロッコリー にんじん ブイヨン しお</p>	<p>■ごはん 米 たら にんじん 青ねぎ トマト缶 ケチャップ さとう ■白身魚のフライ 白身魚 にんじん コーン たまねぎ マーガリン バセリ缶 ■豆腐ハンバーグ ハンバーグ ケチャップ ■マカラニサラダ マカラニ きゅうり にんじん マヨネーズ ■コンソメスープ ブロッコリー にんじん ブイヨン しお</p>	<p>■ごはん 米 たら にんじん 青ねぎ トマト缶 ケチャップ さとう ■白身魚のフライ 白身魚 にんじん コーン たまねぎ マーガリン バセリ缶 ■豆腐ハンバーグ ハンバーグ ケチャップ ■マカラニサラダ マカラニ きゅうり にんじん マヨネーズ ■コンソメスープ ブロッコリー にんじん ブイヨン しお</p>	<p>■ごはん 米 たら にんじん 青ねぎ トマト缶 ケチャップ さとう ■白身魚のフライ 白身魚 にんじん コーン たまねぎ マーガリン バセリ缶 ■豆腐ハンバーグ ハンバーグ ケチャップ ■マカラニサラダ マカラニ きゅうり にんじん マヨネーズ ■コンソメスープ ブロッコリー にんじん ブイヨン しお</p>	
10時	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>
3時	<p>■ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 しお ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フルーツ (カクテル缶) ミックスフルーツ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナツツサフレ ココナツツサフレ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ポップコーン (ココア) ポップコーンの素 キャノーラ油 ココア さとう ■牛乳 牛乳</p>	<p>■きなこクッキー きなこ粉 マーガリン ココア さとう ■牛乳 牛乳</p>	<p>■菜めし 米 菜めし ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ポップコーン (きなこ) ポップコーンの素 キャノーラ油 きな粉 さとう ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ブルーベリージャムサンド クラッカー いちごジャム ■牛乳 牛乳</p>	<p>■お餅のラスク ふ マーガリン さとう ■牛乳 牛乳</p>	<p>■わかめおにぎり 米 わかめご飯の素 かぼちゃ マーガリン さとう ■牛乳 牛乳</p>	