

★ 10月 献立表(分園離乳食完了期) ★

1 木	2 金	3 土	5 月	6 火	7 水	8 木	9 金	10 土	12 月	13 火	14 水	15 木
■わかめうどん うどん とりにく カットわかめ 青ねぎ だし昆布 削りぶし さとう 濃口しょうゆ みりん風 ■金平ごぼう ごぼう ごま油 濃口しょうゆ さとう	■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 カレーパウダー ■マカロニサラダ マカロニ きゅうり マヨネーズ	■豚丼 米 ぶたにく たまねぎ にんじん 青ねぎ 濃口しょうゆ さとう だし昆布 削りぶし ■小松菜の和え物 小松菜 ごま油 みそ ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■たらこの煮付け たらこ しょうゆ 濃口しょうゆ さとう ■ほうれん草の和え物 ほうれん草 ごま油 みそ ■切干大根の煮物 切干大根 ごま油 みそ ■きんぴら きんぴら ごま油 みそ ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏肉の生姜炒め ぶたにく たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 ■切干大根の煮物 切干大根 ごま油 みそ ■きんぴら きんぴら ごま油 みそ ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏肉と大根の炒め煮 とりにく だいこん にんじん さやいんげん キャノーラ油 ■ほうれん草の和え物 ほうれん草 ごま油 みそ ■きんぴら きんぴら ごま油 みそ ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし	■きつねうどん うどん あぶらあげ 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■カットわかめ 青ねぎ だし昆布 削りぶし さとう 濃口しょうゆ みりん風 ■野菜炒め きんぴら さやいんげん キャノーラ油 ■鶏がらスープ 濃口しょうゆ	■ドライカレー 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 ■トマトソース トマト ケチャップ キャノーラ油 ■カレー粉 カレー粉 ■スパゲティサラダ スパゲティ きゅうり マヨネーズ ■たまご たまご ■たまご たまご	■鶏のすき焼き風丼 米 とりにく たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 ■オクラの和え物 オクラ ごま油 みそ ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし	スポーツの日 	■ごはん 米 ■鶏の塩こうじ焼き とりにく たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 ■オクラの和え物 オクラ ごま油 みそ ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■ポト・サルタード風 とりにく たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 ■オクラの和え物 オクラ ごま油 みそ ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし	■ナポリタン スパゲティ 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 ■トマトソース トマト ケチャップ キャノーラ油 ■オクラの和え物 オクラ ごま油 みそ ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし
												
■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶
■ひじきおにぎり 米 ひじき にんじん 濃口しょうゆ さとう みりん風 ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳	■お菓子のラスク ラスク ■マーマリン マーマリン ■牛乳 牛乳	■フルーツ(カクテル缶) カクテル缶 ■牛乳 牛乳	■ココアグッツ ココアグッツ ■マーマリン マーマリン ■牛乳 牛乳	■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳	■セザミクッキー セザミクッキー ■マーマリン マーマリン ■牛乳 牛乳	■高野豆腐のコンポート 高野豆腐 さとう ココア ■牛乳 牛乳	■いなりおにぎり 米 あぶらあげ さとう 濃口しょうゆ ■お茶 ほうじ茶	

16 金	17 土	19 月	20 火	21 水	22 木	23 金	24 土	26 月	27 火	28 水	29 木	30 金	31 土
■ポークカレー 米 ぶたにく たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 カレーパウダー ■マヨネーズ マヨネーズ	■豚丼 米 ぶたにく たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 ■マヨネーズ マヨネーズ	■ごはん 米 ■鶏の照り焼き とりにく たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 ■オクラの胡麻和え オクラ ごま油 みそ ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■豚肉の甘辛炒め ぶたにく たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 ■高野豆腐の煮物 高野豆腐 ごま油 みそ ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏肉の唐揚げ とりにく たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 ■高野豆腐の煮物 高野豆腐 ごま油 みそ ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし	■やきそば 小麦中華めん ぶたにく たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 ■高野豆腐の煮物 高野豆腐 ごま油 みそ ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし	■菜ごは 菜ごは マロン だし昆布 ■豆腐ハンバーグ 豆腐 ケチャップ ■ほうれん草の和え物 ほうれん草 ごま油 みそ ■きんぴら きんぴら ごま油 みそ ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし	■豚肉の生姜焼き 米 ぶたにく たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 ■インゲン豆の和え物 インゲン豆 ごま油 みそ ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鮭の西京焼き 鮭 ごま油 みそ ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■ポークビーンズ ぶたにく たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 ■オクラの和え物 オクラ ごま油 みそ ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■白身魚のフライ 白身魚 ごま油 みそ ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし	■ジャージャーうどん うどん 豚ひき肉 たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 ■オクラの和え物 オクラ ごま油 みそ ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし	■ハロウィン献立☆ 米 とりにく かぼちゃ たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 ■オクラの和え物 オクラ ごま油 みそ ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし	■中華丼 米 ぶたにく たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 ■オクラの和え物 オクラ ごま油 みそ ■みそ汁 みそ だし昆布 削りぶし
■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶
■フルーツ(カクテル缶) カクテル缶 ■牛乳 牛乳	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳	■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳	■きなこクッキー きなこ ■マーマリン マーマリン ■牛乳 牛乳	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■菜めしおにぎり 菜めし ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳	■フルーツ(カクテル缶) カクテル缶 ■牛乳 牛乳	■ブルーベリージャムサンド ブルーベリージャム ■牛乳 牛乳	■お菓子のラスク ラスク ■マーマリン マーマリン ■牛乳 牛乳	■わかめおにぎり 米 わかめ ■お茶 ほうじ茶	■かぼちゃクッキー かぼちゃ ■マーマリン マーマリン ■牛乳 牛乳	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳