

献立表 10月

		もくもく(7・8ヶ月)	かみかみ(9～11ヶ月)	かみかみ おやつ
1	火	おかゆ 肉団子のあんかけ煮(とりひき肉・豆腐・さつまい芋・玉ねぎ・にんじん) スープ(ほうれん草・クリームコーン・にんじん)	軟飯,肉団子のあんかけ煮,スープ	★きな粉クリームサンド
2	水	おかゆ おやき(じゃが芋・鶏ひき肉・玉ねぎ) あんかけ煮(しらす・ブロッコリー・にんじん) みそ汁(小松菜・人参・豆腐)	軟飯,おやき,あんかけ煮,みそ汁	せんべい
3	木	おかゆ そぼろ煮(鶏ひき肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ) トマトのしらす和え(しらす・トマト・きゅうり) チーズ	軟飯,そぼろ煮,トマトのしらす和え,チーズ	ビスケット
4	金	おかゆ 江戸っ子煮(大豆・鶏ひき肉・人参・さつまい芋・高野豆腐・麩) やわらか煮(キャベツ・きゅうり・人参・トマト)	軟飯,江戸っ子煮,やわらか煮	★にんじん蒸しパン
5	土	運動会		
7	月	おかゆ 肉団子のあんかけ煮(鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ・にんじん) みそ汁(豆腐・わかめ・にんじん)	軟飯,肉団子のあんかけ煮,みそ汁	バナナのスティックケーキ
8	火	おかゆ 大根のそぼろ煮(鶏ひき肉・大根・人参・いんげん) おろし和え(キャベツ・きゅうり・人参・りんご)	軟飯,大根のそぼろ煮,おろし和え	バナナ
9	水	おかゆ 鶏肉と野菜のあんかけ煮(ささみ・人参・大根・玉ねぎ) マセドアンサラダ(じゃが芋・人参・きゅうり・チーズ)	軟飯,鶏肉と野菜のあんかけ煮,マセドアンサラダ	ヨーグルト
10	木	おかゆ 松風焼き(鶏ひき肉・玉ねぎ) ブロッコリーのしらすあん(しらす・ブロッコリー・人参) みそ汁(大根・人参)	軟飯,松風焼き,ブロッコリーのしらすあん,みそ汁	せんべい
11	金	食パン かぼちゃの米粉シチュー(ささみ・かぼちゃ・玉ねぎ・人参) ポテトサラダ(じゃがいも・きゅうり・人参)	食パン,かぼちゃの米粉シチュー,ポテトサラダ	★しらすご飯
12	土	煮込みうどん(うどん・笹見・キャベツ・人参・かぼちゃ) チーズ	煮込みうどん,チーズ	
14	月	スポーツの日		
15	火	おかゆ あんかけ煮(ささみ・さつまい芋・白菜・人参) はるさめのごま和え(はるさめ・きゅうり・人参)	軟飯,あんかけ煮,はるさめのごま和え	★蒸しパン
16	水	おかゆ 豆腐ハンバーグ(豆腐・鶏ひき肉・玉ねぎ) ブロッコリーの粉チーズ和え(ブロッコリー・人参) かぼちゃのみそ汁(かぼちゃ・玉ねぎ・人参)	軟飯,豆腐ハンバーグ,ブロッコリーの粉チーズ和え かぼちゃのみそ汁	牛乳プリン
17	木	おかゆ 磯煮(大豆・笹見・ひじき・かぼちゃ・人参・麩) ヨーグルト和え(きゅうり・ブロッコリー・人参・バナナ)	軟飯,磯煮,ヨーグルト和え	ビスケット
18	金	おかゆ 肉団子スープ(鶏ひき肉・大根・玉ねぎ・人参・ブロッコリー) ポテトサラダ(じゃが芋・人参・きゅうり・りんご)	軟飯,肉団子スープ,ポテトサラダ	ヨーグルト
19	土	あんかけうどん(うどん・しらす・たまねぎ・かぼちゃ・麩) バナナ	あんかけうどん,バナナ	
21	月	おかゆ 手作りウインナー(鶏ひき肉・玉ねぎ) さつまい芋サラダ(サツマイモ・きゅうり・人参・チーズ) 白菜のスープ(白菜・玉ねぎ・人参)	軟飯,手作りウインナー,さつまい芋サラダ,白菜のスープ	せんべい
22	火	おかゆ かぼちゃのそぼろ煮(鶏ひき肉・かぼちゃ・煮入・玉ねぎ・いんげん) しらすあんかけ煮(しらす・ブロッコリー・人参) バナナ	軟飯,かぼちゃのそぼろ煮,しらすあんかけ煮,バナナ	バナナのスティックケーキ
23	水	おかゆ 魚のあんかけ煮(白身魚・キャベツ・きゅうり・人参・ブロッコリー) すまし汁(豆腐・三つ葉)	軟飯,魚のあんかけ煮,すまし汁	ウエハース
24	木	おかゆ そぼろ煮(鶏ひき肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・小松菜・麩) わかめ和え(わかめ・きゅうり・人参) バナナ	軟飯,そぼろ煮,わかめフレンチ,バナナ	★かぼちゃケーキサレ
25	金	おかゆ じゃが芋の煮物(ささみ・じゃが芋・玉ねぎ・人参) おろし和え(きゅうり・ブロッコリー・人参・りんご)	軟飯,じゃが芋の煮物,おろし和え	ももゼリー
26	土	煮込みうどん(うどん・笹見・麩・人参・玉ねぎ・ブロッコリー) バナナ	煮込みうどん,バナナ	
28	月	おかゆ 味噌ポトフ(ささみ・玉ねぎ・人参・じゃが芋・小松菜) しらすあんかけ(しらす・きゅうり・人参・キャベツ) チーズ	軟飯,味噌ポトフ,しらすあんかけ,チーズ	ビスケット
29	火	おかゆ 肉団子スープ(豆腐・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋) はるさめサラダ(はるさめ・キャベツ・きゅうり・人参・りんご)	軟飯,肉団子スープ,はるさめサラダ	★レーズンロール
30	水	おかゆ 鮭のホイル焼き(鮭・玉ねぎ・人参) じゃがいものみそ汁(じゃがいも・わかめ・人参・ブロッコリー)	軟飯,鮭のホイル焼き,じゃがいものみそ汁	せんべい
31	木	おかゆ ぐずたき(ささみ) おろし和え(きゅうり・人参・りんご) みそ汁(大根・人参・白菜)	軟飯,ぐずたき,おろし和え,みそ汁	ふかし芋