

10月離乳食献立表



みのい乳児保育園

	中期		後期	
	献立名	材料名	献立名	材料名
1 水	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・さつま芋・醤油・砂糖 玉葱・わかめ・胡瓜・醤油	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・さつま芋・醤油・砂糖 玉葱・わかめ・胡瓜・醤油
2 木	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 かれい・醤油・砂糖 里芋・醤油・砂糖 人参・玉葱・わかめ・醤油	米粥 かれいの梅しそ焼き 里芋のそぼろ煮 人参の味噌汁	米 かれい・醤油・みりん・大葉・梅干し 里芋・鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
3 金	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・チンゲン菜・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・豆腐・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 なめこ汁	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・チンゲン菜・醤油・砂糖 なめこ・玉葱・キャベツ・わかめ・豆腐・葱・味噌
4 土	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・ほうれん草・醤油・砂糖 さつま芋・玉葱・キャベツ・醤油	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 さつま芋の味噌汁	米 しらす・醤油・砂糖 人参・ほうれん草・醤油・砂糖 さつま芋・人参・玉葱・キャベツ・葱・味噌
6 月	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・ほうれん草・醤油・砂糖 玉葱・わかめ・人参・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・ほうれん草・醤油・砂糖 玉葱・わかめ・人参・醤油
7 火	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・里芋・醤油・砂糖 人参・玉葱・わかめ・醤油	米粥 豚肉と里芋の甘辛炒め 野菜の煮物 もやしの味噌汁	米 豚ばら肉・里芋・玉葱・醤油・みりん・砂糖・酒・ごま油・ごま 人参・里芋・醤油・砂糖 もやし・人参・玉葱・わかめ・葱・味噌
8 水	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 さつま芋・キャベツ・醤油・砂糖 人参・玉葱・チンゲン菜・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 さつま芋・キャベツ・醤油・砂糖 人参・玉葱・チンゲン菜・醤油
9 木	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 かれい・醤油・砂糖 じゃが芋・醤油・砂糖 玉葱・わかめ・豆腐・醤油	米粥 鮭のちゃんちゃん焼き じゃが芋のおかか煮 すまし汁	米 鮭・キャベツ・人参・しめじ・豆乳バター・味噌・みりん・砂糖 じゃが芋・醤油・酒・砂糖・かつお節 玉葱・えのき・わかめ・豆腐・葱・薄口醤油
10 金	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 玉葱・わかめ・豆腐・醤油	米粥 鶏の照り焼き 野菜の煮物 豆腐の味噌汁	米 鶏もも肉・醤油・みりん 人参・醤油・砂糖 豆腐・玉葱・しめじ・わかめ・葱・味噌
11 土	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 人参・玉葱・豆腐・醤油	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 にらの味噌汁	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 にら・人参・玉葱・豆腐・えのき・味噌
13 月	<div></div> <h1>スポーツの日</h1>			
14 火	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・さつま芋・醤油・砂糖 南瓜・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 南瓜の味噌汁	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・さつま芋・醤油・砂糖 南瓜・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
15 水	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・小松菜・醤油・砂糖 人参・玉葱・キャベツ・醤油	米粥 きのこソースハンバーグ 野菜の煮物 野菜スープ	米 合挽肉・玉葱・えのき・しめじ・生姜・パン粉・塩・醤油・みりん・砂糖・片栗粉 人参・小松菜・醤油・砂糖 人参・玉葱・キャベツ・えのき・薄口醤油・中華だし

☆献立内容や材料の変更がある場合がありますので、あらかじめご了承ください。
☆マヨネーズは卵不使用のものを使用しています。
☆今月は旬の食材として鮭、さつま芋、里芋、チンゲン菜、きのこなどを取り入れています。
☆調味料の中の「酒」は料理酒（アルコール度12％）を使用しています。

	中期		後期	
	献立名	材料名	献立名	材料名
16 木	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 かれい・醤油・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 里芋・人参・胡瓜・醤油	米粥 かれいの味噌漬け焼き 野菜の煮物 スープ	米 かれい・酒・みりん・味噌 人参・キャベツ・醤油・砂糖 里芋・人参・胡瓜・醤油
17 金	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 さつま芋・醤油・砂糖 汁麩・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 さつま芋の甘煮 麩の味噌汁	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 さつま芋・醤油・砂糖 汁麩・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
18 土	<div></div> <h1>なかよし運動会</h1>			
20 月	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 じゃが芋・醤油・砂糖 キャベツ・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏の梅マヨ焼き ひじきとじゃが芋の炒り煮 スープ	米 鶏もも肉・梅干し・マヨネーズ・醤油・砂糖・みりん・かつお節 ひじき・じゃが芋・油・醤油・みりん・砂糖 キャベツ・玉葱・わかめ・醤油
21 火	米粥 金時豆の煮物 野菜の煮物 スープ	米 金時豆・醤油・砂糖 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 人参・玉葱・キャベツ・醤油	米粥 金時豆煮 野菜の煮物 スープ	米 金時豆・醤油・砂糖 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 人参・玉葱・キャベツ・醤油
22 水	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 里芋・キャベツ・醤油・砂糖 じゃが芋・人参・玉葱・醤油	米粥 鶏レバーのケチャップ煮 野菜の煮物 スープ	米 鶏レバー・油・ケチャップ・砂糖・ウスター 里芋・キャベツ・醤油・砂糖 じゃが芋・人参・玉葱・醤油
23 木	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 かれい・醤油・砂糖 人参・小松菜・醤油・砂糖 里芋・玉葱・わかめ・醤油	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 里芋の味噌汁	米 かれい・醤油・砂糖 人参・小松菜・醤油・砂糖 里芋・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
24 金	<div></div> <h1>お弁当の日</h1>			
25 土	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・ほうれん草・醤油	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 コンソメスープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 人参・玉葱・キャベツ・ほうれん草・えのき・コンソメ
27 月	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・小松菜・醤油・砂糖 じゃが芋・キャベツ・玉葱・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 じゃが芋の味噌汁	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・小松菜・醤油・砂糖 じゃが芋・キャベツ・玉葱・わかめ・葱・味噌
28 火	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 さつま芋・人参・玉葱・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 さつま芋・人参・玉葱・醤油
29 水	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・南瓜・醤油・砂糖 人参・玉葱・じゃが芋・醤油	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・南瓜・醤油・砂糖 人参・玉葱・じゃが芋・醤油
30 木	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 かれい・醤油・砂糖 人参・里芋・醤油・砂糖 大根・人参・胡瓜・醤油	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 かれい・醤油・砂糖 人参・里芋・醤油・砂糖 大根・人参・胡瓜・醤油
31 金	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 玉葱・豆腐・胡瓜・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 きのこ汁	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 しめじ・エリンギ・えのき・玉葱・豆腐・葱・味噌