

2019年

〈10月の献立表〉

(離乳食 移行期)

保育園 みつばち

日	曜日	メニュー	主な材料
1	火	ごはん/ゆで鮭/かぼちゃのミートソース/キャベツとピーマンのソテー/みそ汁	米/さけ/かぼちゃ・豚ひき肉・たまねぎ・にんじん/キャベツ・ピーマン/豆腐・わかめ・ねぎ
2	水	ごはん/五目煮/きゅうりとツナの和え物	米/豚肉・たまねぎ・じゃがいも・にんじん/ツナ缶・きゅうり・キャベツ
3	木	ごはん/豚肉のケチャップ煮/切干大根の煮物/蒸し芋/みそ汁	米/豚肉・たまねぎ/切り干しだいこん・きゅうり/さつまいも/こまつな・にんじん・なめこ・ねぎ
4	金	わかめごはん/さわらのみそ煮/ほうれん草の白あえ/みそ汁	米・炊き込みわかめ/さわら/ほうれんそう・にんじん・豆腐/じゃがいも・にんじん・ごぼう
5	土	ごはん/豚肉とたまねぎの煮物/小松菜のおかかあえ/みそ汁	米・豚肉・ねぎ・たまねぎ/こまつな・にんじん・かつお節/さつまいも・わかめ・ねぎ
6	日		
7	月	ロールパン/鶏肉の煮物/秋野菜の豆乳煮/ブロッコリーのおかか煮	ロールパン/鶏肉/さといも・にんじん・たまねぎ・いんげん・豆乳・れんこん/ブロッコリー・かつお節
8	火	納豆ご飯/凍り豆腐の煮物/きゅうりとコーンの和え物/みそ汁	米・納豆/鶏肉・凍り豆腐・にんじん・しめじ・いんげん/きゅうり・コーン/キャベツ・にんじん・わかめ
9	水	ごはん/赤魚の煮物/干にんじんのソテー/きゅうりスティック/みそ汁	米/赤魚/にんじん/きゅうり/切り干しだいこん・かぼちゃ・ねぎ・わかめ
10	木	ごはん/豚肉とレタスのみそ炒め/里芋の磯煮/みそ汁	米/豚肉・レタス・パプリカ・ねぎ/さといも・あおのり/たまねぎ・にんじん・わかめ
11	金	ごはん/肉じゃが/キャベツとわかめのナムル/みそ汁	米/豚肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・さやえんどう/キャベツ・わかめ/かぶ
12	土	ごはん/鶏肉と野菜の煮物/みそ汁	米/鶏肉・キャベツ・たまねぎ・もやし・にんじん/じゃがいも・にんじん・ごぼう・さやえんどう
13	日		
14	月		
15	火	ごはん/五目煮/きゅうりとツナの和え物	米・鶏肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・れんこん/キャベツ・にんじん

※午前・午後におやつ(赤ちゃんせんべい等)を提供しています。

※材料調達の都合で変更する場合があります。

※このメニューは基本的な食材が記載されており、食材摂状況に応じて使用する食材を変更し提供しています。

日	曜日	メニュー	主な材料(昼食)
16	水	ロールパン/鶏肉のトマト煮/キャベツの磯あえ/コーンスープ	ロールパン/鶏肉・ピーマン・しいたけ・たまねぎ・じゃがいも/キャベツ・にんじん・あおのり/コーン・クリームコーン・ねぎ
17	木	ごはん/さわらの煮つけ/れんこんのきんぴら/いんげんの煮物/みそ汁	米/さわら/れんこん・にんじん/いんげん/じゃがいも・ねぎ・わかめ
18	金	ごはん/ハンバーグ/きのこじゃがいものケチャップ煮/ゆでブロッコリー/みそ汁	米/豚ひき肉・鶏ひき肉・たまねぎ・コーン/エリンギ・じゃがいも/ブロッコリー/もやし・にんじん・わかめ
19	土	みつばちまつり	
20	日		
21	月	ごはん/鶏肉のみそ焼/小松菜ときのこのソテー/蒸しかぼちゃ/みそ汁	米/鶏肉/こまつな・コーン・しめじ/かぼちゃ/もやし・だいこん・にんじん・わかめ
22	火		
23	水	ごはん/さわらの煮物/小松菜とコーンの和え物/里芋の煮物/みそ汁	米/さわら/こまつな・コーン/さといも/たまねぎ・にんじん・わかめ
24	木	ごはん/なすと豆腐の肉あんかけ/キャベツの昆布あえ/粉ふき芋/みそ汁	米/なす・豆腐・豚ひき肉・ねぎ/キャベツ・塩こんぶ/じゃがいも・あおのり/だいこん・にんじん・なめこ・ねぎ
25	金	ごはん/さけの塩焼き/かぶのそぼろあんかけ/じゃが芋きんぴら/みそ汁	米/さけ/かぶ・鶏ひき肉/じゃがいも・ごぼう・にんじん/豆腐・ねぎ・わかめ
26	土	ごはん/五目煮/芋スティック/はるさめスープ	米/はくさい・ねぎ・たけのこ・にんじん・しいたけ・豚肉/さつまいも/はるさめ・豚ひき肉・チンゲンサイ・コーン・えのきたけ
27	日		
28	月	秋のミートソースパスタ/キャベツのコーン煮/野菜スープ	スパゲティ・豚ひき肉・たまねぎ・にんじん・れんこん/キャベツ・コーン/たまねぎ・じゃがいも・にんじん・トマト
29	火	ごはん/たらのケチャップあんかけ/かぼちゃのいとこ煮/みそ汁	米/たら・ピーマン・たまねぎ・にんじん・しめじ・しょうが・にんにく/かぼちゃ・小豆/豆腐・わかめ・ねぎ
30	水	 お誕生日会	
#	木	さつまいもごはん/さばのみそ煮/ほうれん草とコーンのソテー/みそ汁	米・さつまいも/さば/ほうれんそう・コーン・しめじ・ねぎ/切り干しだいこん・たまねぎ・豆腐・わかめ