



10月 離乳食献立表



令和3年9月30日

荘原保育園

	3 回 食			3 回 食	
	献 立	材 料		献 立	材 料
10/1 (金)	軟飯又はお粥 ササミソテー 納豆和え 野菜スープ	米 鶏ササミ ほうれん草、人参、納豆 キャベツ、さつまい、玉ねぎ	10/18 (月)	軟飯又はお粥 焼き魚 スティック煮 野菜スープ	米 白身魚 人参、きゅうり さつまい、大根、人参
10/4 (月)	軟飯又はお粥 魚の青のり焼き 和え物 野菜スープ	米 白身魚、小麦粉、青のり ブロッコリー、キャベツ 人参、かぼちゃ、玉ねぎ	10/19 (火)	煮込みうどん つくね焼き 煮物	ゆでうどん、玉ねぎ、人参、ほうれん草 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、ブロッコリー、片栗粉 さつまい
10/5 (火)	軟飯又はお粥 ササミソテー サラダ 野菜スープ	米 鶏ササミ じゃが芋、ブロッコリー、人参 キャベツ、玉ねぎ、人参	10/20 (水)	軟飯又はお粥 魚の野菜あんかけ ゆで野菜 野菜スープ	米 白身魚、ほうれん草、玉ねぎ ブロッコリー、人参 かぶ、玉ねぎ、人参
10/6 (水)	軟飯又はお粥 焼き魚 スティック煮 野菜スープ	米 鮭 大根、きゅうり、人参 かぼちゃ、キャベツ、玉ねぎ	10/21 (木)	軟飯又はお粥 ササミソテー サラダ 野菜スープ	米 鶏ササミ さつまい、きゅうり、人参 青梗菜、もやし、人参
10/7 (木)	軟飯又はお粥 焼き魚 白和え 野菜スープ	米 白身魚 ほうれん草、人参、豆腐 玉ねぎ、人参、じゃが芋	10/22 (金)	軟飯又はお粥 焼き魚 白和え 野菜スープ	米 鮭 ほうれん草、人参、ひじき、豆腐 大根、じゃが芋、玉ねぎ
10/8 (金)	軟飯又はお粥 マーボー豆腐煮 スティック煮 野菜スープ	米 豚ミンチ、豆腐、玉ねぎ、人参 人参、きゅうり さつまい、キャベツ、ブロッコリー	10/25 (月)	軟飯又はお粥 焼き魚 和え物 野菜スープ	米 白身魚 キャベツ、人参 きゅうり、小松菜、かぼちゃ
10/11 (月)	軟飯又はお粥 つくね焼き サラダ 野菜スープ	米 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 スパゲッティ、きゅうり、人参 大根、小松菜、キャベツ	10/26 (火)	軟飯又はお粥 豚ミンチの蒸し団子 ゆで野菜 野菜スープ	米 豚ミンチ、玉ねぎ、豆腐、片栗粉 人参、さつまい 白菜、きゅうり、トマト
10/12 (火)	軟飯又はお粥 焼き魚 スティック煮 野菜スープ	米 白身魚 人参、きゅうり 玉ねぎ、大根、さつまい	10/27 (水)	軟飯又はお粥 焼き魚 茹で野菜 野菜スープ	米 鮭 ブロッコリー、じゃが芋 大根、人参、玉ねぎ
10/13 (水)	軟飯又はお粥 つくね焼き 茹で野菜 野菜スープ	米 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 ブロッコリー、さつまい 大根、人参、キャベツ	10/28 (木)	軟飯又はお粥 焼き魚 和え物 野菜スープ	米 白身魚 キャベツ、人参 さつまい、白菜、玉ねぎ
10/14 (木)	軟飯又はお粥 焼き魚 和え物 野菜スープ	米 白身魚 青梗菜、人参 大根、じゃが芋、しめじ	10/29 (金)	軟飯又はお粥 ササミソテー 茹で野菜 野菜スープ	米 鶏ササミ ブロッコリー、さつまい 人参、玉ねぎ、かぼちゃ
10/15 (金)	お弁当の日 (離乳食のお弁当の準備をお願いします)		<div style="border: 2px solid red; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <p>離乳食のお弁当は、いつもおうちで食べられている大き目で、お子さんの好きなものを入れてあげてください♪ 容器はカップを使ってお弁当箱でも、品ごとに個別容器でもいいです。保冷をしていただきますようお願いします。</p> </div>		

- * 献立は都合により変更することがあります。
- * 保育園の離乳食には、おうちで食べられた食品のみを使用致します。
- * 少量の醤油、味噌、みりん、三温糖を使用する場合があります。

