

10月



保育園離乳食献立表



所沢市立保育園 2017年



日(曜)	7・8ヶ月頃		9・10・11ヶ月頃		12~18ヶ月頃	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後
2日(月)	粥 とり団子の甘辛煮 ひじきの煮付け さつま芋と玉ねぎのみそ汁	パン粥 ミネストローネ つぶしバナナ	粥 とり団子の甘辛煮 ひじきの煮付け さつま芋と玉ねぎのみそ汁	カリカリトースト ミネストローネ バナナ	軟飯 鶏肉の薬味ソース 五目豆 さつま芋のみそ汁	カリカリトースト ミネストローネ バナナ
3日(火)	粥 カレイのくず煮 きゅうり・人参スティック キャベツのみそ汁	しらす粥 豆腐と玉ねぎのみそ汁 煮ブルー	粥 カレイの煮つけ きゅうり・人参スティック キャベツのみそ汁	しらす粥 豆腐と玉ねぎのみそ汁 煮ブルー	軟飯 さばの塩焼き 華風サラダ キャベツのみそ汁	切り昆布のおにぎり 豆腐と玉ねぎのみそ汁 煮ブルー
4日(水)	粥 チキンハンバーグ アツリ・人参スティック キャベツと玉ねぎのみそ汁	さつま芋の茶巾しほり にゅうめん 煮りんご	粥 チキンハンバーグ アツリ・人参スティック キャベツと玉ねぎのみそ汁	さつま芋の茶巾しほり にゅうめん りんご	軟飯 鶏肉のうま煮 小松菜のえのきあえ すまし汁	さつま芋の茶巾しほり にゅうめん りんご
5日(木)	粥 豆腐の野菜あんかけ 粉ふき芋 わかめスープ	パン粥 肉団子スープ つぶしバナナ	粥 豆腐の野菜あんかけ 粉ふき芋 わかめスープ	蒸しパン 肉団子スープ バナナ	軟飯 生揚げと野菜のみそ炒め しゅうまい わかめスープ	蒸しパン 肉団子スープ バナナ
6日(金)	粥 つくねの甘辛煮 大根・人参スティック 白菜のみそ汁	煮込みうどん さつま芋スティック ブラマンジェ	粥 つくねの甘辛煮 大根・人参スティック 白菜のみそ汁	煮込みうどん さつま芋スティック ブラマンジェ	軟飯 つくねの甘辛煮 ひじきのサラダ プチトマト 白菜のみそ汁	すいとん さつま芋スティック ブラマンジェ
7日(土)	五目うどん かぼちゃのチーズ煮 ほぐしみかん	ぶどうパン粥 ポパイスープ 煮なし	五目うどん かぼちゃのチーズ煮 みかん	ぶどうパン ポパイスープ なし	きつねうどん 型抜きレアチーズ みかん	ぶどうパン ポパイスープ なし
10日(火)	粥 肉じゃが きゅうりスティック 刻みトマト わかめと麩のみそ汁	ツナとトマトのパスタ ポテトスープ つぶしバナナ	粥 肉じゃが きゅうりスティック 刻みトマト わかめと麩のみそ汁	ツナとトマトのパスタ ポテトスープ バナナ	ハヤシライス きゅうりスティック 刻みトマト わかめと麩のみそ汁	ツナとトマトのパスタ ポテトスープ バナナ
11日(水)	粥 鮭のみそ煮 小松菜のいそあえ 大根と玉ねぎのみそ汁	パン粥 あっさりシチュー 煮ブルー	粥 鮭のみそ煮 小松菜のいそあえ 大根と玉ねぎのみそ汁	りんごジャムサンド あっさりシチュー 煮ブルー	軟飯 さわらの塩こうじ焼き 小松菜のおひたし 根菜のみそ汁	りんごジャムサンド あっさりシチュー 煮ブルー
12日(木)	粥 肉団子のトマト煮 キャベツのおひたし 玉ねぎのみそ汁	そぼろ粥 キャベツと麩のみそ汁 大根スティック	粥 肉団子のトマト煮 キャベツのおひたし 玉ねぎのみそ汁	そぼろ粥 キャベツと麩のみそ汁 大根スティック	軟飯 からあげ キャベツのおひたし えのきと玉ねぎのみそ汁	そぼろおにぎり キャベツと麩のみそ汁 大根スティック
13日(金)	粥 肉豆腐 ブロッコリーのやわらか煮 大根のみそ汁	パン粥 ジュリアンスープ プレーンヨーグルト	粥 肉豆腐 青ゆでブロッコリー 大根のみそ汁	カリカリトースト ジュリアンスープ プレーンヨーグルト	わかめごはん 厚揚げの煮物 ブロッコリーのナムル 大根のみそ汁	カリカリトースト ジュリアンスープ プレーンヨーグルト
14日(土)	焼きうどん わかめスープ ほぐしみかん	きなこパン粥 トマトスープ プレーンヨーグルト	焼きうどん わかめスープ みかん	きなこトースト トマトスープ プレーンヨーグルト	焼きそば わかめスープ みかん	きなこトースト トマトスープ プレーンヨーグルト
16日(月)	粥 煮込みハンバーグ キャベツサラダ なすのみそ汁	夕焼け粥 豚汁 ほぐしみかん	粥 煮込みハンバーグ キャベツサラダ なすのみそ汁	夕焼け粥 豚汁 みかん	軟飯 煮込みハンバーグ キャベツの和風サラダ なすのみそ汁	切り干し大根のおにぎり 豚汁 みかん
17日(火)	粥 カレイのくず煮 白菜のおひたし 小松菜のみそ汁	しらす粥 小松菜のいそあえ 白菜とわかめのみそ汁	粥 カレイの煮つけ 白菜のおひたし 小松菜のみそ汁	しらす粥 小松菜のいそあえ 白菜とわかめのみそ汁	軟飯 カレイの竜田揚げ 白菜とわかめの酢の物 小松菜とえのきのみそ汁	しらすおにぎり 小松菜のいそあえ 白菜とわかめのみそ汁
18日(水)	粥 肉団子の野菜あんかけ きゅうりスティック わかめと玉ねぎのみそ汁	パン粥 豆腐スープ つぶしバナナ	粥 肉団子の野菜あんかけ きゅうりスティック わかめと玉ねぎのみそ汁	バナナパンケーキ 豆腐スープ 煮ブルー	軟飯 ハムと春雨の炒め物 きゅうりのしらすあえ わかめと玉ねぎのみそ汁	バナナケーキ 豆腐スープ 煮ブルー
19日(木)	パン粥 手作りウインナー キャベツの煮びたし あっさりシチュー	ツナ粥 かぼちゃのチーズ煮 キャベツと麩のみそ汁	バターロール 手作りウインナー キャベツの煮びたし あっさりシチュー	ツナ粥 かぼちゃのチーズ煮 キャベツと麩のみそ汁	バターロール ゆでウインナー キャベツとパインのサラダ あっさりシチュー	いなりおにぎり かぼちゃのチーズ煮 キャベツと麩のみそ汁
20日(金)	粥 とり団子のおろし煮 小松菜のお浸し キャベツと人参のみそ汁	さつま芋パン粥 野菜スープ 煮ブルー	粥 とり団子のおろし煮 小松菜のお浸し キャベツと人参のみそ汁	さつま芋蒸しパン 野菜スープ 煮ブルー	軟飯 大根と鶏肉の煮物 キャベツと塩昆布のあえもの もやしと油揚げのみそ汁	さつま芋蒸しパン 野菜スープ 煮ブルー
21日(土)	ミートうどん 粉ふき芋 ブロッコリーのスープ	チーズパン粥 トマトスープ つぶしバナナ	ミートうどん 粉ふき芋 ブロッコリーのスープ	チーズラスク トマトスープ バナナ	ミートスバゲティ 粉ふき芋 ブロッコリーのスープ	チーズラスク トマトスープ バナナ
23日(月)	粥 鮭のくず煮 小松菜のごまあえ なすのみそ汁	パン粥 グリーンスープ 煮りんご	粥 鮭の煮つけ 小松菜のごまあえ なすのみそ汁	カリカリトースト グリーンスープ りんご	軟飯 鮭のてりやき 豆苗ともやしのナムル なすのみそ汁	デニッシュパン グリーンスープ りんご
24日(火)	粥 マーボー豆腐 きゅうり・人参スティック わかめスープ	さつま芋の茶巾しほり ビーフンスープ 煮梨	粥 マーボー豆腐 きゅうり・人参スティック わかめスープ	さつま芋の茶巾しほり ビーフンスープ 梨	軟飯 マーボー豆腐 きゅうりの塩ナムル わかめスープ	フライドスイートポテト ビーフンスープ 梨
25日(水)	パン粥 ボークビーンズ ブロッコリーのやわらか煮 大根のスープ	リゾット キャベツのスープ じゃが芋のチーズ煮	コッペパン ボークビーンズ 青ゆでブロッコリー 大根のスープ	リゾット キャベツのスープ じゃが芋のチーズ煮	コッペパン ボークビーンズ ブロッコリーとトウモロコシのサラダ 大根のスープ	菜めしおにぎり キャベツのスープ じゃが芋のチーズ煮
26日(木)	粥 かれいのくず煮 根菜の煮物 ほうれん草のみそ汁	ミートマカロニ 野菜スープ つぶしバナナ	粥 かれいのくず煮 根菜の煮物 ほうれん草のみそ汁	ミートマカロニ 野菜スープ バナナ	栗ごはん さんまの塩焼き 切り干し大根の煮付け ほうれん草のみそ汁	ミートマカロニ 野菜スープ バナナ
27日(金)	粥 鶏レバーのトマト煮 小松菜のいそあえ 麩と玉ねぎのみそ汁	ミルクパン粥 ポパイスープ 煮ブルー	粥 鶏レバーのトマト煮 小松菜のいそあえ 麩と玉ねぎのみそ汁	ホットケーキ ポパイスープ 煮ブルー	軟飯 レバーのケチャップだれ 小松菜のおひたし もやしと麩のみそ汁	ホットビスケット ポパイスープ 煮ブルー
28日(土)	肉うどん さつま芋スティック ほぐしみかん	じゃがもち 春雨スープ 煮りんご	肉うどん さつま芋スティック みかん	じゃがもち 春雨スープ りんご	カレーうどん 型抜きチーズ みかん	じゃがもち 春雨スープ りんご
30日(月)	粥 高野豆腐のふわふわ煮 ブロッコリーのおかか煮 さつま芋と玉ねぎのみそ汁	ミルクパン粥 肉団子スープ 煮りんご	粥 高野豆腐の煮物 ブロッコリーのおかか煮 さつま芋と玉ねぎのみそ汁	ミルクパン粥 肉団子スープ りんご	軟飯 高野豆腐の煮物 ブロッコリーのごまあえ さつま芋のみそ汁	シュガーフォカッチャ 肉団子スープ りんご
31日(火)	粥 かじきのおろし煮 大根・きゅうり・人参スティック キャベツのみそ汁	かぼちゃパン粥 キャベツスープ 煮ブルー	粥 かじきのおろし煮 大根・きゅうり・人参スティック キャベツのみそ汁	かぼちゃパンケーキ キャベツスープ 煮ブルー	軟飯 かじきの和風ステーキ マカロニサラダ キャベツと油揚げのみそ汁	かぼちゃケーキ キャベツスープ 煮ブルー



