

令和5年10月予定献立表

日曜日	献立名	離乳食（中期）	離乳食（後期）	備考
AMおやつ	ビスケット 麦茶	ベビー菓子	ベビー菓子	ひよこ豆は良質なたんぱく質、イソフラボン、ビタミン、ミネラルがバランスよく含まれている栄養満点な食材です
2月 😊	カレーライス	鶏肉煮	豚肉煮	
	福神漬け	胡瓜、キャベツ、コーン、ツナ和え	いんげん、胡瓜、キャベツ、コーン、ツナ和え	
	ビーンズサラダ	じゃが芋、玉ねぎスープ	じゃが芋、玉ねぎスープ	
PMおやつ	フルーツヨーグルト	果物	ヨーグルト、みかん、もも、りんご	
AMおやつ	せんべい 牛乳	ベビー菓子	ベビー菓子	乾物 ～レースン～
3火	ラーメン	白身魚煮 スープ	白身魚煮 スープ	
	スマイルポテト	スマイルポテト（焼き）	スマイルポテト（焼き）	
	春雨中華サラダ	スティック人参、胡瓜和え	スティック人参、胡瓜と春雨和え	
おやつ	杏仁豆腐	果物（バナナ）	みかん、もも、バナナ、りんご和え	
AMおやつ	ト安倍川マカロニ 牛乳	ベビー菓子	マカロニくたくた煮	10月4日  いわしの日
4水 😊	クラッカー 麦茶	ベビー菓子	ベビー菓子	
	いわしバーグ	豆腐と鶏肉ハンバーグ	豆腐と鶏肉と豚肉ハンバーグ	
	小松菜の胡麻和え	小松菜、キャベツ、コーン	小松菜、キャベツ、コーン、もやし和え	
PMおやつ	トビスケットケーキ 牛乳	ベビー菓子	ベビー菓子	
AMおやつ	ヨーグルト	ベビー菓子	ベビー菓子	世界の料理 「ブラジル」
5木 😊	ハバーダ	鶏肉煮 人参スティック	豚肉煮 人参スティック	
	ミックスビーンズサラダ	ツナ、胡瓜、コーン	ツナ、いんげん、胡瓜、赤ピーマン、コーン	
	ベーコンとキャベツのスープ	キャベツ、玉ねぎ、カリフラワー	キャベツ、玉ねぎ、カリフラワー	
PMおやつ	トチーズのボンテケーショ 牛乳	ベビー菓子	ベビー菓子	
AMおやつ	ビスケット 麦茶	ベビー菓子	ベビー菓子	年に一度登場する”いがぐりコロッケ”です。ソーメンを細かくしてイガに見立てます
6金 😊	いがぐりコロッケ	白身魚煮	豚肉、南瓜、さつま芋、玉ねぎ	
	カリフロパブリカサラダ	カリフラワー、ブロッコリー	カリフラワー、ブロッコリー、パブリカ	
	豆腐となめこの味噌汁	豆腐	豆腐	
PMおやつ	ヨーグルト	ベビー菓子	ベビー菓子	
AMおやつ	ヨーグルト	ベビー菓子	ベビー菓子	ドリアはピラフなど米飯の上にベシャメルソースをかけてオーブンで焼いた洋食です。
10火	ドリア	鶏肉煮	鶏肉、チーズ	
	スティックサラダ	人参、大根	人参、大根	
	トマトと青梗菜のスープ	トマト、青梗菜	トマト、青梗菜	
PMおやつ	トふかし芋 牛乳	ふかし芋	ふかし芋	
AMおやつ	ビスケット 麦茶	ベビー菓子	ベビー菓子	目の愛護day メニュー 栄養指導がはいる関係で1日遅れとなります。
11水 😊	鯖のごまだれ焼き	白身魚煮 人参スティック	白身魚煮 人参スティック	
	にんじんシリシリ	ツナ、ほうれん草、白菜	ツナ、ほうれん草、白菜	
	ほうれん草と豆腐のすまし汁	豆腐	豆腐	
PMおやつ	トジャムサンドパン 牛乳	食パン	食パン	
AMおやつ	せんべい 牛乳	ベビー菓子	ベビー菓子	SDGsメニュー
12木 😊	大豆ミートスパゲティ	白身魚煮	大豆、玉ねぎ、トマト、ひじき	
	系かまぼことひじきのサラダ	人参	人参	
	カクテルゼリー入りフルーツポンチ	キャベツ	キャベツ	
PMおやつ	トゴマ入りきなこおにぎり 麦茶	ベビー菓子	ベビー菓子	
AMおやつ	クラッカー 牛乳	ベビー菓子	ベビー菓子	ベストサンドフライは、ハムにチーズがサンドされているフライです
13金	ベストサンドフライ	白身魚煮 人参、大根	白身魚煮 人参、大根	
	高野豆腐煮	高野豆腐、鶏肉	高野豆腐、鶏肉、いんげん	
	貝だくさん汁	南瓜	南瓜	
PMおやつ	ゼリー	ベビー菓子	ベビー菓子	
AMおやつ	せんべい 麦茶	ベビー菓子	ベビー菓子	
14土	コロッケ	白身魚煮	白身魚煮	
	焼き餃子	人参	人参	
	野菜炒め	キャベツ	キャベツ	
PMおやつ	ゼリー	ベビー菓子	ベビー菓子	
AMおやつ	クラッカー 麦茶	ベビー菓子	ベビー菓子	かみかみメニュー
16月 😊	子キンフレーク焼き	鶏肉	鶏肉、チーズ	
	揚げごぼうサラダ	大根、人参	大根、人参	
	しめじとちくわの味噌汁	ほうれん草	ほうれん草	
PMおやつ	ト黒ゴマスティッククッキー 牛乳	ベビー菓子	ベビー菓子	
AMおやつ	せんべい 麦茶	ベビー菓子	ベビー菓子	カレーうどんの発祥は1904年ごろ、東京都の蕎麦屋が開発したメニューだそうです
17火 😊	カレーうどん	うどん	うどん	
	揚げ出し豆腐	豆腐	豆腐	
	果物（りんご）	じゃが芋	じゃが芋	
PMおやつ	ト鶏そぼろおにぎり 牛乳	鶏肉、人参	鶏肉、人参、グリーンピース	

日曜日	献立名	離乳食(中期)	離乳食(後期)	備考
AMおやつ	ビスケット 麦茶	ベビー菓子	ベビー菓子	
18 水 ☺	鶏肉の照り焼き	鶏肉煮 さつま芋、じゃが芋煮	鶏肉煮 さつま芋、じゃが芋、里芋煮	鶏肉のたんぱく質は良質で、必須アミノ酸含有は豚肉や牛肉よりも豊富です
	きのこの野菜炒め	人参スティック	人参スティック	
	三種芋の味噌汁	小松菜スープ	小松菜スープ	
	果物(バナナ)	果物(りんご)	果物(りんご)	
PMおやつ	♪洋風おこし 牛乳	ベビー菓子	ベビー菓子	
AMおやつ	クッキー 麦茶	ベビー菓子	ベビー菓子	
19 木	白身魚のカラフルマヨ焼き	白身魚煮 人参スティック	白身魚煮 人参スティック	乾物 〜こま〜
	ほうれん草の胡麻和え	ほうれん草、キャベツ和え	ほうれん草、もやし、キャベツ和え	
	もずくの味噌汁	玉ねぎ、小松菜スープ	玉ねぎ、小松菜スープ	
	果物(オレンジ)	果物(オレンジ)	果物(オレンジ)	
PMおやつ	♪バナナマドレーヌ 牛乳	ベビー菓子	ベビー菓子	
AMおやつ	せんべい 牛乳	ベビー菓子	ベビー菓子	
20 金 ☺	ハヤシライス	鶏肉煮	豚肉煮	ハヤシライスは、早矢仕有的という医師が栄養価の高い病院食として開発した料理が原型です
	揚げ大豆とかぼちゃのサラダ	南瓜、ブロッコリー煮	南瓜、ブロッコリー煮	
	クラッシュゼリー	玉ねぎ、じゃが芋スープ 果物	玉ねぎ、じゃが芋スープ 果物	
	ヨーグルト	ベビーダノン	ベビーダノン	
AMおやつ	クッキー 麦茶	ベビー菓子	ベビー菓子	
21 土	春巻き	白身魚煮	白身魚煮	
	しゅうまい	人参スティック	人参スティック	
	野菜炒め	キャベツスープ	キャベツスープ	
	果物(バナナ)	果物(バナナ)	果物(バナナ)	
PMおやつ	ビスケット 麦茶	ベビー菓子	ベビー菓子	
AMおやつ	ビスケット 麦茶	ベビー菓子	ベビー菓子	
23 月 ☺	鮭の焼き漬け	鮭煮	鮭煮 いんげん煮	今月の郷土料理 「新潟県」
	のっぺ	人参スティック	人参スティック	
	まいだけの味噌汁	ほうれん草スープ	ほうれん草スープ	
	果物(ラ・フランス)	果物	果物	
PMおやつ	♪ほっほ焼き 牛乳	ベビー菓子	ベビー菓子	
AMおやつ	クッキー 麦茶			
24 火	チャーハン	鶏肉煮	豚肉煮	チャーハンに使用する「ほぼたま」は、卵をわずかに植物性の原材料だけで作ったスクランブルエッグです。
	きゅうりとささみの中華サラダ	胡瓜、キャベツ、コーン、人参煮	胡瓜、キャベツ、コーン、人参煮	
	コーンクリームスープ	玉葱、じゃが芋スープ	玉葱、じゃが芋スープ	
	果物(パイナップル)	果物	果物	
PMおやつ	♪スイートポテト 牛乳	生クリーム		
AMおやつ	クラッカー 牛乳	ベビー菓子	ベビー菓子	
25 水 ☺	鶏肉のから揚げ	鶏肉煮	鶏肉煮	切り干し大根は乾燥させることで、甘みが増し、うま味と栄養価が凝縮します
	ナポリタン風切り干し大根	小松菜、白菜煮	小松菜、白菜、切り干し大根煮	
	麩と白菜の味噌汁	麩、玉ねぎスープ	麩、玉ねぎスープ	
	果物(バナナ)	果物(バナナ)	果物(バナナ)	
PMおやつ	子チャスプリン	ベビーダノン	ベビーダノン	
AMおやつ	クッキー 麦茶	ベビー菓子	ベビー菓子	
26 木	きんぴらコッペパン	白身魚煮	白身魚煮	きんぴらは、金太郎(坂田金時)の息子で、力持ちの坂田金平からきているといわれています
	野菜キッシュ	人参スティック	いんげん、ピーマン煮	
	ポトフ	じゃが芋、玉ねぎスープ	じゃが芋、玉ねぎスープ	
	果物(オレンジ)	果物(オレンジ)	果物(オレンジ)	
PMおやつ	♪鮭とコーンのおにぎり 牛乳	ベビー菓子	ベビー菓子	
AMおやつ	クラッカー 麦茶	ベビー菓子	ベビー菓子	お誕生日会
27 金 ☺	赤飯	軟飯、おかゆ	軟飯、米飯	
	カラフル豆しゅうまい	鶏肉煮 人参スティック	鶏肉煮 人参スティック	
	パリパリサラダ	キャベツ、コーン煮	キャベツ、コーン煮	
	わかめと春雨のスープ	玉ねぎスープ	玉ねぎスープ	
PMおやつ	♪お誕生日ケーキ 牛乳	ベビーダノン	ベビーダノン	
AMおやつ	せんべい 麦茶	ベビー菓子	ベビー菓子	
28 土	かぼちゃひき肉サンドフライ	白身魚煮	白身魚煮	
	照り焼きチキン	人参スティック	人参スティック	
	野菜炒め	キャベツスープ	キャベツスープ	
	果物(バナナ)	果物(バナナ)	果物(バナナ)	
PMおやつ	ゼリー	ベビー菓子	ベビー菓子	
AMおやつ	ビスケット 麦茶	ベビー菓子	ベビー菓子	
30 月	鮭のパン粉焼き	鮭煮	鮭、チーズ煮	Book de Lunch 「けんちゃんち にきたサケ」
	大根と豚肉の煮物	大根スティック	大根スティック	
	茄子と油揚げの味噌汁	茄子、玉ねぎスープ	茄子、玉ねぎスープ	
	果物(オレンジ)	果物(オレンジ)	果物(オレンジ)	
PMおやつ	♪アレルギー対応バナナケーキ 牛乳	ベビー菓子	ベビー菓子	
AMおやつ	クラッカー 麦茶	ベビー菓子	ベビー菓子	Halloween
31 火	ハロウィンピラフ	鶏肉煮 大根、人参スティック	鶏肉煮 大根、人参スティック	
	フレンチサラダ	ツナ、胡瓜、キャベツ和え	ツナ、胡瓜、キャベツ和え	
	コーンパンブキンクリームスープ	南瓜、玉ねぎスープ	南瓜、玉ねぎスープ	
	果物(りんご)	果物(りんご)	果物(りんご)	
PMおやつ	♪かいじゅうドーナツ 牛乳	ベビー菓子	ベビー菓子	



フレンズメニュー(昼食のみアレルギーの子も全員同じメニューが食べられる日です。)