

2024年 10月 離乳食献立表

法光院こども園

《後期》

月	火	水	木	金	土
28	1・15・29	2・16・30	3・17・31	4・18	5
・軟飯 ・すまし汁 ・鮭ほぐし煮 ・さつまい煮 ・ほうれん草煮 ・果物	・軟飯 ・中華スープ ・ささみほぐし煮 ・三度豆煮 ・かぼちゃ煮 ・果物	・軟飯 ・すまし汁 ・牛肉の コンソメ煮 ・キャベツ煮 ・果物	・豚肉うどん ・鱈ほぐし煮 ・ブロッコリー煮 ・玉葱柔らか煮 ・果物	・パン ・パンプキン スープ ・かれいほぐし煮 ・トマト煮 ・人参柔らか煮 ・果物	・野菜入りうどん ・果物 19日 ★秋まつり★
3時のおやつ					
マカロニきなこ	お菓子	米粉の スティックケーキ	パンスティック	鶏そぼろおにぎり	お菓子
7・21	8・22	9・23	10・24	11・25	12・26
・パン ・コーンスープ ・豆腐煮 ・じゃが玉煮 ・ブロッコリー煮 ・果物	・牛肉うどん ・かれい煮付け ・ほうれん草煮 ・さつまい煮 ・果物	・軟飯 ・すまし汁 ・鮭ほぐし煮 ・玉葱柔らか煮 ・トマト煮 ・果物	・鶏肉うどん ・鱈ほぐし煮 ・人参柔らか煮 ・かぼちゃ煮 ・果物	・軟飯 ・すまし汁 ・ささみほぐし煮 ・じゃが芋煮 ・三度豆煮 ・果物	・豚肉うどん ・果物
3時のおやつ					
お菓子	ノンフライポテト	お菓子	バナナ	米粉蒸しパン	お菓子

《柿を食べると医者いらす》

秋の果物の代表のひとつでもある柿。「柿が赤くなれば医者が青くなる」ということわざがあるように柿にはビタミンCが豊富に含まれていて、肌によく、また免疫力を高めてくれるため、風邪の予防やストレスを緩和してくれる作用があります。ビタミンAも多く含み、粘膜を強くしてくれる作用もあります。



※こども園の行事・材料の都合などにより、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

2024年 10月 離乳食献立表

法光院こども園

《完了》

月	火	水	木	金	土
28	1・15・29	2・16・30	3・17・31	4・18	5
<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・みそ汁 ・鮭のきのこソテー ・肉団子 ・ほうれん草ごまあえ ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・中華スープ ・鶏の唐揚げ ・白菜含め煮 ・南瓜塩昆布あえ ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・カレーシチュー ・ウィンナー ・キャベツサラダ ・チーズ ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・豚肉うどん ・あじしそカツ ・五目豆 ・チンゲン菜のりあえ 	<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・パンプキンスープ ・ポテトカップグラタン ・野菜のコンソメ煮 ・豚肉焼売 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・かき揚げうどん ・果物 <p>19日 ★秋まつり★</p>
3時のおやつ					
マカロニきなこ	お菓子	米粉のスティックケーキ	レモンラスク	鶏そぼろおにぎり	お菓子
7・21	8・22	9・23	10・24	11・25	12・26
<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・コーンスープ ・ヒレカツ ・じゃが玉煮 ・ブロッコリーソテー ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛肉うどん ・カレー煮付け ・青菜煮浸し ・がんもどき ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ビビンバ丼 ・ちくわ煮 ・もやしサラダ ・チーズ ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏肉うどん ・さばの磯辺揚げ ・マカロニサラダ ・アスパラサラダ ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・すまし汁 ・チキン照焼 ・千切り大根煮 ・三度豆ゆかりあえ 	<ul style="list-style-type: none"> ・カレーうどん ・果物
3時のおやつ					
お菓子	ノンフライポテト	ヨーグルトケーキ	バナナ	米粉蒸しパン	お菓子

《柿を食べると医者いらず》

秋の果物の代表のひとつでもある柿。「柿が赤くなれば医者が青くなる」ということわざがあるように柿にはビタミンCが豊富に含まれていて、肌によく、また免疫力を高めてくれるため、風邪の予防やストレスを緩和してくれる作用があります。ビタミンAも多く含み、粘膜を強くしてくれる作用もあります。



※こども園の行事・材料の都合などにより、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

	(月) 28	(火) 1・15・29	(水) 2・16・30	(木) 3・17・31	(金) 4・18	(土) 5
献立と食材	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・味噌汁 ちくわ 油揚げ 人参 味噌 だし昆布 混合だし ・鮭のきのこソテー 鮭 しめじ 三度豆 えのき しょうゆ 油 片栗粉 ・肉団子 ・ほうれん草ごまあえ ほうれん草 ポークハム 太もやし すりごま さとう しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・中華スープ えのき 玉葱 コーン 鶏がらスープの素 しょうゆ ・鶏の唐揚げ 鶏肉 しょうゆ 片栗粉 油 ・白菜含め煮 白菜 太もやし 人参 油揚げ かつおだし さとう しょうゆ ・かぼちゃ塩昆布あえ 南瓜 人参 塩昆布 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・カレーシチュー 牛肉 ジャガイモ 玉葱 人参 グリンピース カレールウ ・ウィンナー ・カリフラワーサラダ キャベツ 人参 ツナフレーク 和風ドレッシング ・チーズ 	<ul style="list-style-type: none"> ・豚肉うどん ゆでうどん 豚肉 玉葱 人参 ジャガイモ みりん しょうゆ だし昆布 混合だし ・あじしそカツ あじしそカツ 油 ・五目豆 大豆水煮 グリンピース こんにゃく 人参 ごぼう 刻み昆布 かつおだし さとう しょうゆ ・チンゲン菜のりあえ チンゲン菜 人参 ささみフレーク 刻み海苔 しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・パンパキンスープ スープの素 牛乳 ・ポテトカップグラタン ・野菜のコンソメ煮 キャベツ 玉葱 ベーコン 人参 コンソメ さとう しょうゆ ・鉄腕豚肉焼売 	<ul style="list-style-type: none"> ・かき揚げうどん 冷凍うどん 野菜かき揚げ 油 赤かまぼこ 青ねぎ かつおだし さとう しょうゆ <p>★19日★ 秋まつり</p>
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・マカロニぎなこ 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・お菓子 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・米粉のスティックケーキ 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・レモンラスク (食パン レモン汁 粉糖) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・フルーチェ (フルーチェの素 牛乳) 	<ul style="list-style-type: none"> ・お菓子
延長保育	バームクーヘン	パン	バナナ	ドーナツ	お菓子	
	(月) 7・21	(火) 8・22	(水) 9・23	(木) 10・24	(金) 11・25	(土) 12・26
献立と食	<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・コーンスープ スープの素 牛乳 ・ヒレカツ ヒレカツ 油 ・じゃがたま煮 じゃがいも 玉葱 鶏ミンチ 人参 むぎ枝豆 さとう かつおだし しょうゆ ・ブロッコリーソテー ブロッコリー カリフラワー 人参 コンソメ 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛肉うどん ゆでうどん 牛肉 玉葱 人参 ジャガイモ みりん しょうゆ だし昆布 混合だし ・カレイ煮付け ・青菜煮浸し 小松菜 豚肉 人参 しめじ かつおだし さとう しょうゆ ・がんもどき がんもどき かつおだし さとう しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・ビビンバ 豚ミンチ さとう みそ しょうゆ 千切り大根 人参 しょうゆ さとう 酢 チンゲン菜 いりごま コーン ・ちくわ煮 ちくわ かつおだし さとう しょうゆ ・もやしサラダ 太もやし かにかま わかめ 青じそドレッシング ・チーズ 	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏肉うどん ゆでうどん 鶏肉 玉葱 人参 ジャガイモ みりん しょうゆ だし昆布 混合だし ・さばの磯辺揚げ さば しょうゆ 青のり 片栗粉 油 ・マカロニサラダ マカロニ きゅうり 人参 コーン マヨネーズ ・アスパラサラダ アスパラ サラダチーズ 胡麻ドレッシング 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・すまし汁 豆腐 三つ葉 玉ねぎ だし昆布 混合だし しょうゆ ・チキン照焼 ・切り干し大根煮 千切り大根 人参 油揚げ かつおだし さとう しょうゆ ・三度豆ゆかりあえ 三度豆 えのき ゆかり 	<ul style="list-style-type: none"> ・カレーうどん 冷凍うどん 豚肉 玉葱 かつおだし さとう しょうゆ カレールウ 片栗粉 青ねぎ
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・お菓子 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・ノンフライポテト (じゃがいも・油・塩) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・ヨーグルトケーキ (ホットケーキミックス ヨーグルト 牛乳 さとう サ ラダ油) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・米粉蒸しパン (いちご) (米粉 豆乳 さとう いちごジャム) 	<ul style="list-style-type: none"> ・お菓子
延長保育	バナナ	パン	バームクーヘン	ドーナツ	お菓子	

《柿を食べると医者いらず!》

秋の果物のひとつでもある柿。「柿が赤くなれば医者が青くなる」ということわざがあるように柿にはビタミンCが豊富に含まれていて、肌によく、また免疫力を高めてくれるため、風邪の予防やストレスを緩和してくれる作用があります。ビタミンAも多く含み、粘膜を強くしてくれる作用もあります。



※こども園の行事・材料の都合などにより、献立を変更する場合があります。ご了承ください。