



10月 献立表



R8年度

日	曜	午前おやつ	献立	午後おやつ	離乳食
1	木	ヨーグルト	鶏肉の西京焼き ちりじゃこサラダ すまし汁	牛乳 クラッカー	野菜のしらす煮 豆腐煮 味噌汁
2	金	お茶 オレンジ	ホイコーロー 金時豆 豆腐スープ	牛乳 ピザトースト	野菜のそぼろ煮 キャベツ煮 味噌汁
5	月	お茶 パナナ	プルコギ 南瓜のオープン焼き 春雨スープ	牛乳 米粉チーズ蒸しパン	野菜のそぼろ煮 南瓜煮 味噌汁
6	火	お茶 チーズ	炒り卵 トマトとわかめのサラダ 味噌汁	お茶 ビスケット	野菜のしらす煮 トマト煮 味噌汁
7	水	お茶 ふかし芋	鶏の立田揚げ バンサンスー きのコスープ	お茶 焼きうどん	野菜の豆腐煮 きゅうり煮 味噌汁
8	木	お茶 せんべい	シューマイ もやしときゅうりのナムル わかめスープ	ヨーグルト	鶏雑炊 大根煮 味噌汁
9	金	お茶 クラッカー	魚のかば焼き ブロッコリーのごま酢和え 味噌汁	牛乳 パナナ	魚の野菜煮 ブロッコリー煮 味噌汁
13	火	お茶 オレンジ	鶏肉のごまみそ焼き わかめときゅうりの酢の物 かきたま汁	牛乳 お好み焼き	野菜のしらす煮 小松菜煮 味噌汁
14	水	ヨーグルト	すきやき煮 ツナサラダ パナナ	お茶 ビスケット	鶏雑炊 白菜煮 味噌汁
15	木	お茶 せんべい	カレーライス ドレッシングサラダ チーズ	お茶 クラッカー	しらす雑炊 レタス煮 味噌汁
16	金	お茶 ふかし芋	魚フライタルタルソース ひじきサラダ 味噌汁	お茶 せんべい	魚の野菜煮 豆腐煮 味噌汁
19	月	ヨーグルト	ポークビーンズ スパサラダ パナナ	牛乳 麩ラスク	野菜のそぼろ煮 じゃが芋煮 味噌汁
20	火	お茶 せんべい	筑前煮 切干大根のごまネーズ和え トマト	牛乳 パナナヨーグルト	野菜のしらす煮 きゅうり煮 味噌汁
21	水	お茶 クラッカー	さつま芋と青菜のクリーム煮 豆腐の炒り煮 ブロッコリーの塩ゆで	牛乳 きなこサンド	野菜の豆腐煮 さつま芋煮 味噌汁
22	木	お茶 ふかし芋	江戸っ子煮 春雨サラダ オレンジ	お茶 海苔おにぎり	野菜のそぼろ煮 キャベツ煮 味噌汁
23	金	お茶 チーズ	魚の香り焼き キャベツのごま和え 味噌汁	牛乳 おさつスティック	魚の野菜煮 南瓜煮 味噌汁
26	月	ヨーグルト	豚肉と大根の煮物 わかめフレンチ 粉ふき芋	牛乳 パナナスコーン	野菜のしらす煮 大根煮 味噌汁
27	火	お茶 チーズ	鶏のさっぱり煮 大麦入りじゃ芋のマヨ炒め 味噌汁	お茶 わかめおにぎり	野菜のそぼろ煮 じゃが芋煮 味噌汁
28	水	お茶 ビスケット	白味噌ポトフ コールスローサラダ パナナ	牛乳 フレンチトースト	野菜のしらす煮 小松菜煮 味噌汁
29	木	お茶 ふかし芋	豆腐ハンバーグ 和風サラダ 大根スープ	牛乳 オレンジ せんべい	豆腐の野菜煮 レタス煮 味噌汁
30	金	お茶 クラッカー	魚の塩麹焼き 煮豆 卵とトマトのスープ	牛乳 パナナ	魚の野菜煮 トマト煮 味噌汁