

10月 おしょくじカレンダー

離乳食 後期

市野谷つばさ保育園

曜日	月	火	水	木	金	土	
日		1	2	3	4	5	
乳児		ヨーグルト	牛乳	ヨーグルト	菓子		
昼食		・粥または軟飯 ・さわらの煮つけ ・野菜の軟らか煮 ・なめこの味噌汁	・粥または軟飯 ・豚ひき肉のケチャップ煮 ・スティック野菜の軟らか煮 ・わかめと麩のすまし汁	・粥または軟飯 ・照り焼きチキンボール ・野菜の軟らか煮 ・じゃがたまの味噌汁	・ご飯 ・和風ハンバーグ ・軟らかパスタ ・コンソメスープ	運動会	
おやつ		ミルクもち(きな粉)	おかか粥または軟飯	おやき	菓子		
日	7	8	9	10	11	12	
乳児		菓子	ヨーグルト	菓子	ヨーグルト	菓子	
昼食		・粥または軟飯 ・ミートボールのケチャップ煮 ・軟らかマカロニ ・大根の味噌汁	・わかめ粥または軟飯 ・赤魚の煮つけ ・野菜の軟らか煮 ・ほうれん草と麩のすまし汁	・粥または軟飯 ・照り焼きチキンボール ・野菜の軟らか煮 ・小松菜の味噌汁	・粥または軟飯 ・ひき肉の肉じゃが風 ・キウイフルーツ ・コーンスープ	・粥または軟飯 ・ケチャップチキン ・野菜の軟らか煮 ・人参とキャベツの味噌汁	お弁当
おやつ		味噌粥または軟飯	ホットケーキ	バナナ 菓子	そうめん	いちごヨーグルト	
日	14	15	16	17	18	19	
乳児		菓子	ヨーグルト	菓子	ヨーグルト	麦茶 菓子	
昼食	スポーツの日	・さつまいも粥または軟飯 ・タラのあんかけ ・野菜の軟らか煮 ・豆腐の味噌汁	・粥または軟飯 ・ひき肉ときのこの味噌マヨ煮 ・かぼちゃの煮物 ・とろろ昆布汁	・パン粥またはパン ・チキンボールと野菜の旨煮 ・オレンジ ・ミネストローネスープ	・粥または軟飯 ・ひき肉と野菜のあんかけ ・野菜の軟らか煮 ・きのこ長葱のスープ	お弁当	
おやつ		りんごゼリー	レモンケーキ(お誕生日おやつ)	ピピンパ風粥または軟飯	軟らか醤油ラーメン	麦茶 菓子	
日	21	22	23	24	25	26	
乳児		菓子	ヨーグルト	菓子	ヨーグルト	麦茶 菓子	
昼食		・粥または軟飯 ・ひき肉のそぼろあん ・野菜の軟らか煮 ・さつまいもの味噌汁	・粥または軟飯 ・タラのオニマヨ煮 ・白和え ・麩のすまし汁	・粥または軟飯 ・ひき肉とじゃがいものケチャップ煮 ・野菜の軟らか煮 ・オレンジ	・粥または軟飯 ・蓮根入りチキンボール ・野菜の軟らか煮 ・中華スープ	・粥または軟飯 ・チキンボールのケチャップあん ・野菜の軟らか煮 ・野菜スープ	お弁当
おやつ		菓子	マヨコーンパン	野菜ケーキ	青のりおにぎり	スイートポテト	
日	28	29	30	31	<p>10月お誕生日を迎えるお友達(幼児)の☆お名前とそのお子さんが☆リクエストしてくれたメニューが入っています。(日には前後することもありますので、ご了承ください。)</p> <p>今月の流山市メニューでは「さつまいも」を使用する予定です!</p> <p>提供予定のスイートポテトは、実は日本生まれなんですよ🍠</p> <p>「さつまいも」には、ビタミンcをはじめとした多様なビタミンやミネラルが含まれています。食物繊維も多く含まれている</p>		
乳児		菓子	ヨーグルト	菓子			ヨーグルト
昼食		・粥または軟飯 ・ひき肉の肉じゃが風 ・納豆 ・キャベツの味噌汁	・粥または軟飯 ・ひき肉と高野豆腐の煮物 ・野菜の軟らか煮 ・小松菜の味噌汁	・若菜粥または軟飯 ・さわらのごまみそ煮 ・さつまいもと野菜の軟らか煮 ・麩と長葱の味噌汁			・粥または軟飯 ・軟らかミートローフ ・かぼちゃと野菜の軟らか煮 ・コーンクリームスープ
おやつ		軟らかナポリタン	おかか粥または軟飯	パン粥またはジャムパン	ハロウィンケーキ		

*行事や材料の都合により、献立を変更することがありますので、ご了承ください。