



離乳食後期献立

2024年10月

杉戸みちのこ保育園

日曜	時間帯	献立名	材料名	日曜	時間帯	献立名	材料名
1火	昼食	軟飯 あじの香り焼き もやし中華風和え物 豆腐みそ汁	米 あじ、しょうゆ、片栗粉、油 もやし、人参、小松菜、ごま油、しょうゆ、三温糖 木綿豆腐、なめこ、長葱、だし汁、みそ(淡色辛みそ)	18金	昼食	軟飯 たらの磯辺焼き 豚肉のすき焼き風 豆腐すまし汁	米 たら、醤油、片栗粉、あおのり、油 豚もも肉、玉葱、白菜、えのきたけ、長葱、醤油、三温糖 木綿豆腐、ほうれん草、玉葱、だし汁、醤油、食塩
2水	昼食	中華丼 チキンサラダ 中華スープ バナナ	米、豚ロース、白菜、玉葱、人参、生椎茸、ごま油、水、しょうゆ 中華だし、食塩、片栗粉 鶏ささ身、キャベツ、胡瓜、トマト、ホールコーン缶、醤油、三温糖、ごま油 木綿豆腐、もやし、カットわかめ、水、中華だし、食塩、ごま バナナ	19土	昼食	手作りハンバーガー かぼちゃのスープ煮 ヨーグルト	バーガーパンズ、鶏ひき肉、玉葱、レタス、マーガリン、ケチャップ 鶏もも肉、かぼちゃ、人参、玉葱、水、コンソメ、食塩 ヨーグルト(加糖)
3木	昼食	軟飯 中華風チキン かぼちゃサラダ みそ汁	米 鶏もも肉、玉葱、しょうゆ、ごま、ごま油 かぼちゃ、胡瓜、人参、ホールコーン缶、三温糖、醤油、マヨネーズ かぶ、かぶ(葉)、だし汁、みそ(淡色辛みそ)	21月	昼食	軟飯 チキンソテー キャベツのマヨ和え 豆腐みそ汁	米 鶏もも肉、ケチャップ、醤油、三温糖、片栗粉 キャベツ、人参、胡瓜、醤油、ごま、マヨネーズ 木綿豆腐、カットわかめ、だし汁、みそ(淡色辛みそ)
4金	昼食	軟飯 蒸し魚のとろみあん さつま芋と豚肉の炒め物 豆腐みそ汁	米 たら、食塩、ナンゲン菜、人参、えのきたけ、油、だし汁、醤油 三温糖、片栗粉 さつま芋、豚もも肉、長葱、人参、醤油、中華あじ、ごま油 木綿豆腐、大根、長葱、だし汁、みそ(淡色辛みそ)	22火	昼食	軟飯 カレイの煮つけ 切干大根と里芋の旨煮 みそ汁	米 カレイ、しょうゆ、だし汁、 切干大根、里芋(冷凍)、人参、だし汁、醤油、三温糖、いんげん(冷凍) チンゲン菜、玉葱、えのきたけ、だし汁、みそ(淡色辛みそ)
7月	昼食	軟飯 チキンソテー キャベツのごま和え 豆腐すまし汁	米 鶏もも肉、食塩、しょうゆ キャベツ、人参、ツナ水煮、ホールコーン缶、三温糖、醤油、ごま 木綿豆腐、小松菜、玉葱、だし汁、しょうゆ	23水	昼食	肉あんかけうどん ひじきの和風サラダ りんご	干しうどん、鶏ひき肉、長葱、人参、にら、ごま油、中華あじ、醤油 三温糖、食塩、片栗粉 ひじき、人参、ホールコーン缶、鶏ささ身、油、醤油、三温糖 りんご
8火	昼食	軟飯 魚の野菜あんかけ もやしとささ身の和え物 みそ汁	米 生鯖、片栗粉、油、玉葱、人参、ケチャップ、三温糖、醤油、ごま油 もやし、にら、人参、鶏ささ身、ごま、醤油、三温糖、ごま油、食塩 さつま芋、長葱、だし汁、みそ(淡色辛みそ)	24木	昼食	赤飯 豆腐ハンバーグ 青のり風味ポテトサラダ すまし汁	米、黒ゴマ、食塩 木綿豆腐、鶏ひき肉、玉葱、パン粉、食塩、油、ケチャップ じゃがいも、胡瓜、人参、青のり、マヨネーズ、食塩、三温糖 白菜、えのきたけ、カットわかめ、だし汁、醤油、食塩
9水	昼食	軟飯 豆腐の和風あんかけ 大豆とひじきの煮物 みそ汁	米 木綿豆腐、鶏ひき肉、玉葱、人参、油、だし汁、醤油、三温糖、 食塩、片栗粉、葉ねぎ 大豆(ゆで)、人参、ひじき、醤油、三温糖、油 小松菜、人参、だし汁、みそ(淡色辛みそ)	26土	昼食	オムライス 白菜牛乳スープ バナナ	米、人参、玉葱、鶏ひき肉、バター、食塩、ケチャップ、卵、油 白菜、しめじ、油、コンソメ、牛乳、片栗粉、食塩 バナナ
10木	昼食	軟飯 ミートスパゲティ さつま芋としめじのごま和え 野菜スープ オレンジ	米 スパゲティ、鶏ひき肉、玉葱、人参、油、水、ケチャップ、醤油、 三温糖、食塩 さつま芋、しめじ、玉葱、人参、三温糖、醤油、すりごま、ごま油 キャベツ、玉葱、人参、水、コンソメ、食塩 オレンジ	28月	昼食	軟飯 たまな一チャンプル 春雨の和え物 みそ汁	米 木綿豆腐、豚もも肉、キャベツ、人参、葉ねぎ、油、醤油、かつお節 春雨、もやし、胡瓜、しめじ、三温糖、醤油、ごま油 大根、えのきたけ、長葱、だし汁、みそ(淡色辛みそ)
11金	昼食	軟飯 鮭のちゃんちゃん焼き 肉じゃが 豆腐すまし汁	米 生鮭、食塩、キャベツ、人参、油、みそ(淡色辛みそ)、醤油、三温糖 じゃがいも、人参、玉葱、豚ロース、醤油、三温糖、いんげん(冷凍) 木綿豆腐、もやし、カットわかめ、だし汁、醤油、食塩	29火	昼食	納豆軟飯 白身魚の香り蒸し 野菜のきんぴら みそ汁	米、鶏ひき肉、醤油、ごま油、にら、ひきわり納豆、醤油、三温糖 カレイ、しょうゆ、だし汁、醤油、食塩、小松菜、長葱、ごま油 人参、玉葱、油、醤油、三温糖、ごま かぶ、かぶ(葉)、だし汁、みそ(淡色辛みそ)
12土	昼食	軟飯 焼うどん みそ汁 バナナ	米 干しうどん、豚もも肉、キャベツ、玉葱、人参、油、食塩、しょうゆ かつお節 なす、玉葱、だし汁、みそ(淡色辛みそ) バナナ	30水	昼食	軟飯 鶏肉のトマト煮 マカロニサラダ すまし汁	米 鶏もも肉、食塩、片栗粉、油、玉葱、人参、赤ピーマン、黄ピーマン 油、水、ホールトマト缶、コンソメ マカロニ、胡瓜、人参、ホールコーン缶、マヨネーズ、食塩 キャベツ、長葱、えのきたけ、だし汁、醤油、食塩
15火	昼食	軟飯 肉豆腐 白菜とツナのごま和え みそ汁	米 豚ロース、木綿豆腐、玉葱、長葱、えのきたけ、醤油、三温糖 白菜、人参、ツナ水煮、ホールコーン缶、醤油、すりごま 玉葱、なめこ、長葱、だし汁、みそ(淡色辛みそ)	31木	昼食	ロールサンド かぼちゃのスcoopコロッケ 紫キャベツの和え物 コーンクリームスープ	ロールパン、かぼちゃ、マヨネーズ、スライスチーズ、焼きのり かぼちゃ、鶏ひき肉、玉葱、油、パン粉、油、粉チーズ、ケチャップ 紫キャベツ、人参、食塩 クリームコーン缶、ホールコーン缶、玉葱、油、、水、コンソメ、牛乳 食塩、片栗粉
16水	昼食	軟飯 鯖のおろし煮 ささ身のマヨサラダ みそ汁	米 生鯖、食塩、だし汁、醤油、三温糖、だいこん 鶏ささ身、キャベツ、胡瓜、トマト、ホールコーン缶、マヨネーズ、食塩 もやし、えのきたけ、カットわかめ、だし汁、みそ(淡色辛みそ)	17木	昼食	シチューライス ヤムウンセン 中華スープ バナナ	米、鶏もも肉、じゃがいも、人参、玉葱、油、小麦粉、牛乳 春雨、胡瓜、玉葱、赤ピーマン、醤油、三温糖、ごま 人参、きぬさや(冷凍)、食塩、水、中華あじ バナナ