

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前						1 牛乳
昼食						豚丼、きゅうりの酢の物、 麩のすまし汁、もも缶
午後						牛乳、おにぎり(じゃこお かか)
午前	3 牛乳	4 牛乳	5 牛乳	6 牛乳	7 牛乳	8 牛乳
昼食	御飯、白身魚のきのこあん かけ、ツナポテトサラダ、 みそ汁(だいこん・だいこ ん葉)、バナナ	御飯、松風焼き・豆腐い り、大根とあげの煮物、す まし汁(わかめ・こねぎ)	けんちんうどん、切干大根 のソテー、いんげんのごま 和え	五目混ぜご飯、厚揚げの炒 め物、もやしの和え物、み そ汁(だいこん・ねぎ)、 パイン缶	御飯、赤魚の香り蒸し(人 参)、かぼちゃのそぼろあ んかけ、みそ汁(なす・あ げ)、黄桃缶	御飯、ポトフ、いんげんの ソテー、みかん缶
午後	牛乳、オレンジゼリー	牛乳、ミートソース	牛乳、手作りふりかけおに ぎり(ひじき)	牛乳、いちごミルクゼリー	牛乳、ピーマン(野菜)	牛乳、おやつ・おさかなご はん
午前	10	11 牛乳	12 牛乳	13 牛乳	14 牛乳	15 牛乳
昼食		御飯、厚揚げの中華煮、 きゅうりの中華風サラダ、 チンゲン菜のスープ	御飯、さけのムニエル、グ リーンサラダ、ミネスト ローネ風、もも缶	チキンカレーライス、ほう れん草とコーンのサラダ、 バナナ	御飯、鶏肉のねぎ味噌焼 き、白菜のサラダ、豆乳汁 (さつまいも・たまね ぎ)、オレンジ	焼きそば、もやし中華風 和え物、きのこのスープ、 桃缶
午後		牛乳、おにぎり(塩こん ぶ)	牛乳、蒸しパン(卵なし・ 豆乳)	牛乳、ふかし芋	牛乳、チヂミ	牛乳、おやつ・チャーハン (ツナ・ひじき)
午前	17 牛乳	18 牛乳	19 牛乳	20 牛乳	21 牛乳	22 牛乳
昼食	御飯、白身魚のきのこあん かけ、ツナポテトサラダ、 みそ汁(だいこん・だいこ ん葉)、バナナ	御飯、松風焼き・豆腐い り、大根とあげの煮物、す まし汁(わかめ・こねぎ)	けんちんうどん、切干大根 のソテー、いんげんのごま 和え	五目混ぜご飯、厚揚げの炒 め物、もやしの和え物、み そ汁(だいこん・ねぎ)、 パイン缶	御飯、赤魚の香り蒸し(人 参)、かぼちゃのそぼろあ んかけ、みそ汁(なす・あ げ)、黄桃缶	御飯、ポトフ、いんげんの ソテー、みかん缶
午後	牛乳、オレンジゼリー	牛乳、ミートソース	牛乳、手作りふりかけおに ぎり(ひじき)	牛乳、いちごミルクゼリー	牛乳、ピーマン(野菜)	牛乳、おやつ・おさかなご はん
午前	24 牛乳	25 牛乳	26 牛乳	27 牛乳	28 牛乳	29 牛乳
昼食	御飯、ハンバーグ(卵不使 用)、野菜炒め(キャベ ツ・もやし)、みそ汁(な す・じゃがいも)、柿	御飯、厚揚げの中華煮、 きゅうりの中華風サラダ、 チンゲン菜のスープ	御飯、さけのムニエル、グ リーンサラダ、ミネスト ローネ風、もも缶	チキンカレーライス、かぼ ちゃのスープ、ほうれん草 とコーンのサラダ	御飯、鶏肉のねぎ味噌焼 き、白菜のサラダ、豆乳汁 (さつまいも・たまね ぎ)、オレンジ	焼きそば、もやし中華風 和え物、きのこのスープ、 桃缶
午後	牛乳、ピラフ	牛乳、おにぎり(塩こん ぶ)	牛乳、蒸しパン(卵なし・ 豆乳)	牛乳、ハロウィンケーキ	牛乳、チヂミ	牛乳、おやつ・チャーハン (ツナ・ひじき)
午前	31 牛乳					
昼食	豚丼、きゅうりの酢の物、 麩のすまし汁、もも缶					
午後	牛乳、おにぎり(じゃこお かか)					

タムスわんぱく保育園 川口(離乳食9~11)

2022年10月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前						1
昼食						(離)全粥90g、鶏肉と野菜の煮物、きゅうりとしらすの和え物、麩のすまし汁
午後						(離)全粥(しらす)
午前	3	4	5	6	7	8
昼食	(離)全粥90g、白身魚の野菜煮、じゃが煮、みそ汁(だいこん)、バナナ	(離)全粥90g、(離)豆腐団子の煮物、大根の煮物、すまし汁	(離)うどん(ひき肉)、いんげんと葉物野菜の煮物	(離)人参粥、(離)豆腐と野菜の煮物、野菜のだし和え、みそ汁(だいこん)	(離)全粥90g、白身魚の煮物、かぼちゃの煮物、みそ汁(なす)、オレンジ	(離)全粥90g、ポトフ、いんげんの煮物、みかん缶
午後	(離)全粥(白身魚)	ミートソース	(離)全粥(ささ身)	(離)全粥(きな粉)	ピーマン(野菜)	(離)全粥(ツナ)
午前	10	11	12	13	14	15
昼食		(離)全粥90g、豆腐と野菜の煮物、きゅうりと人参のだし煮、チンゲン菜のスープ	(離)全粥90g、さけのだし煮、野菜の煮物、トマトスープ	(離)全粥90g、肉じゃが、ほうれん草のくたくた煮、バナナ	(離)全粥90g、鶏肉の煮物、白菜だし煮、だしスープ、オレンジ	(離)うどん(ひき肉)、人参のくたくた煮、だしスープ
午後		(離)全粥(おかか)	蒸しパン(卵なし・豆乳)	ふかし芋	(離)全粥(中華味)	(離)全粥(ツナ)
午前	17	18	19	20	21	22
昼食	(離)全粥90g、白身魚の野菜煮、じゃが煮、みそ汁(だいこん)、バナナ	(離)全粥90g、(離)豆腐団子の煮物、大根の煮物、すまし汁	(離)うどん(ひき肉)、いんげんと葉物野菜の煮物	(離)人参粥、(離)豆腐と野菜の煮物、野菜のだし和え、みそ汁(だいこん)	(離)全粥90g、白身魚の煮物、かぼちゃの煮物、みそ汁(なす)、オレンジ	(離)全粥90g、ポトフ、いんげんの煮物、みかん缶
午後	(離)全粥(白身魚)	ミートソース	(離)全粥(ささ身)	(離)全粥(きな粉)	ピーマン(野菜)	(離)全粥(ツナ)
午前	24	25	26	27	28	29
昼食	(離)全粥90g、鶏団子のだしあんかけ、野菜のだし煮、みそ汁(なす・じゃがいも)	(離)全粥90g、豆腐と野菜の煮物、きゅうりと人参のだし煮、チンゲン菜のスープ	(離)全粥90g、さけのだし煮、野菜の煮物、トマトスープ	(離)全粥90g、肉じゃが、ほうれん草のくたくた煮、バナナ	(離)全粥90g、鶏肉の煮物、白菜だし煮、だしスープ、オレンジ	(離)うどん(ひき肉)、人参のくたくた煮、だしスープ
午後	(離)全粥(野菜)	(離)全粥(おかか)	蒸しパン(卵なし・豆乳)	ハロウィンポテト	(離)全粥(中華味)	(離)全粥(ツナ)
午前	31					
昼食	(離)全粥90g、鶏肉と野菜の煮物、きゅうりとしらすの和え物、麩のすまし汁					
午後	(離)全粥(しらす)					