

令和元年度10月

こんだて

江陽こども園

日	曜	献立	離乳食献立	使用する主な食品名	おやつ	
					10時(未満児)	3時(全児童)
1	火	魚のマヨネーズ焼・海草サラダ 味噌汁・果物	野菜がゆ・温野菜・すまし汁	魚・コーン缶・わかめ・胡瓜・人参 胡麻・小松菜・豆腐	お菓子	お菓子
2	水	カレーうどん・ゆで卵・バナナ マッシュポテト	野菜の煮込みうどん・バナナ	うどん・人参・じゃが芋・油揚げ・大根 カレールー	お菓子	手作りおやつ
3	木	チキンカツ・千切りキャベツ 味噌汁・ミニトマト	白がゆ・チキンと野菜の煮込み 味噌汁・果物	鶏肉・キャベツ・小松菜・人参・豆腐 わかめ・人参	お菓子	お菓子 ヨーグルト
4	金	豆腐の胡麻あんかけ ツナと人参のサラダ・味噌汁・果物	白がゆ・豆腐の胡麻あんかけ 野菜の煮物・味噌汁	豆腐・ひき肉・干し椎茸・すりごま ツナ缶・人参・油揚げ・わかめ・豆腐	お菓子	手作りおやつ
5	土	食パン・ビーフシチュー グリーンサラダ・果物	パンがゆ・果物 具だくさん野菜スープ	牛肉・じゃが芋・人参・玉葱 ブロッコリー・胡瓜・レタス	お菓子	お菓子
6	日					
7	月	チキンカレー・サラダ・福神漬け	白がゆ 緑黄色野菜とマカロニのスープ	鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋 マカロニ・ハム・胡瓜	お菓子	手作りおやつ
8	火	じゃじゃ麺・粉ふき芋・ゆで卵 バナナ	煮込みうどん・マッシュポテト バナナ	中華麺・挽肉・じゃが芋・葱・卵 バナナ	お菓子	お菓子
9	水	鯖の味噌煮・引き昆布煮 味噌汁・果物	白がゆ・根菜の煮込み汁・果物	鯖・生姜・引き昆布・薩摩揚げ・人参 油揚げ・小松菜・人参・豆腐・わかめ	お菓子	手作りおやつ
10	木	ウィンナーと野菜のフリッター キャベツの和え物・味噌汁	白がゆ・野菜ののり煮 味噌汁	ウィンナー・コーン缶・人参・玉葱 胡瓜・キャベツ・わかめ・豆腐・小松菜	お菓子	お菓子 ヨーグルト
11	金	そばろご飯・八宝汁 おひたし・果物	白がゆ・八宝汁 ほうれん草の和え物	ひき肉・豚肉・人参・白菜・板かま うずら・ほうれん草	お菓子	手作りおやつ
12	土	食パン・ポトフ ヨーグルトサラダ・果物	パンがゆ 具だくさん野菜スープ	シャウエッセン・人参・玉葱・じゃが芋 みかん缶・桃缶・パイン缶・ヨーグルト	お菓子	お菓子
13	日					
14	月	体育の日				
15	火	親子うどん・粉ふきいも バナナ	煮込みうどん・マッシュポテト バナナ	うどん・鶏肉・玉葱・人参・薩摩揚げ 卵・葱・じゃが芋・パセリ	お菓子	お菓子
16	水	茶飯・筑前煮・味噌汁・ゆで卵 おひたし・果物	白がゆ・根菜の煮物・果物 おひたし	鶏肉・人参・里芋・蒟蒻・椎茸・卵 豆腐・キャベツ・わかめ	お菓子	手作りおやつ
17	木	カレーライス・福神漬け・サラダ	白がゆ 緑黄色野菜とマカロニのスープ	豚肉・玉葱・人参・じゃが芋・ツナ缶 マカロニ・胡瓜・ハム・レタス	お菓子	お菓子
18	金	鮭フライ・タルタルソース 千切キャベツ・ミニトマト・味噌汁	白がゆ・鮭と野菜の煮込み 味噌汁・果物	鮭・卵・リンゴ・キャベツ・わかめ 豆腐・もやし・人参	お菓子	ケーキ ヨーグルト
19	土	食パン・焼きビーフン チンゲン菜のスープ・果物	パンがゆ・汁ビーフン・温野菜 果物	ビーフン・筍・葱・干椎茸・人参・豚肉 チンゲン菜・玉葱・春雨	お菓子	お菓子
20	日					
21	月	スパゲティナポリタン・スープ マッシュポテト・バナナ	トマト風味スープスパゲティ バナナ・マッシュポテト	豚肉・人参・玉葱・パスタ・パセリ じゃが芋・卵・白菜	お菓子	手作りおやつ
22	火	即位礼正殿の儀				
23	水	ウィンナーとチンゲンのマヨ炒め 中華風サラダ・味噌汁・果物	青菜がゆ・野菜のマヨ炒め 味噌汁	ウィンナー・チンゲン菜・枝豆・ハム もやし・胡瓜・わかめ・豆腐・大根	お菓子	手作りおやつ
24	木	チーズ納豆・鯖の竜田揚げ 味噌汁	納豆がゆ・野菜の五目あんかけ 味噌汁	納豆・チーズ・ほうれん草・卵・鯖 豆腐・小松菜・人参・わかめ	お菓子	お菓子 ヨーグルト
25	金	さつま汁・十六穀ご飯・ゆで卵 おひたし・果物	白がゆ・野菜の五目味噌煮込み 果物	豚肉・牛蒡・人参・葱・豆腐・糸コン 板麩・ほうれん草・ツナ缶・卵	お菓子	手作りおやつ
26	土	食パン・スパゲティサラダ ミートボールスープ・果物	パンがゆ・温野菜サラダ・果物 ミートボールスープ	(冷) ミートボール・青梗菜・人参 玉葱・春雨・ハム・胡瓜・コーン缶	お菓子	お菓子
27	日					
28	月	野菜カレー・サラダ・福神漬け	白がゆ 緑黄色野菜とマカロニのスープ	しめじ・ひき肉・人参・玉葱・じゃが芋 マカロニ・ハム 胡瓜	お菓子	手作りおやつ
29	火	ホッケののり煮・味噌汁 小松菜の和え物・ミニトマト	白がゆ・魚ののり煮 味噌汁・果物	ホッケ・小松菜・人参・もやし・豆腐 ワカメ・ハム・胡瓜	お菓子	お菓子
30	水	塩わかめラーメン 揚げシューマイ・バナナ	煮込みうどん・バナナ	中華麺・わかめ・玉葱・卵・もやし きくらげ・(冷)しゅうまい	お菓子	手作りおやつ
31	木	酢豚・カニ風味サラダ 味噌汁・果物	人参がゆ・野菜の中華風煮込み 味噌汁	鶏肉・椎茸・人参・玉葱・パイン缶 わかめ・胡瓜・レタス・カニカマ	お菓子	お菓子 ヨーグルト