

令和2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	木	チキンのラタトゥイユ・スープ バターライス・果物	白がゆ・野菜の五目煮・吸い物 果物	鶏肉・玉葱・人参・ズッキーニ ミニトマト	お菓子	お菓子 ヨーグルト
2	金	カレーうどん・こぶき芋 揚げシュウマイ・バナナ	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	土	食パン・チーズ揚げ・果物 チンゲン菜のスープ	パンがゆ・チンゲン菜のスープ 果物	食パン・竹輪・じゃが芋・チーズ チンゲン菜・人参・玉葱・春雨	お菓子	お菓子
4	日					
5	月	チャーハン・タイピーエン キャベツのサラダ・果物	白がゆ・タイピーエン・果物	豚肉・人参・白菜・春雨・うずら卵 きくらげ・板かま・ブロッコリー	お菓子	手作りおやつ
6	火	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	お菓子
7	水	焼うどん・こぶき芋・スープ バナナ	煮込みうどん・こぶき芋・スー プ バナナ	豚肉・キャベツ・人参・じゃが芋 卵・白菜・わかめ	お菓子	手作りおやつ
8	木	牛肉とひじきの煮物・味噌汁・果物 青菜の和え物	ひじきがゆ・温野菜サラダ 味噌汁・果物	ひじき・つきこん・人参・牛肉 青菜・もやし・豆腐・わかめ	お菓子	お菓子
9	金	ガパオライス・スープ・トマト ブロッコリーサラダ・果物	白がゆ・ガパオスープ・果物	挽肉・パプリカ・玉葱・わかめ・もやし ブロッコリー	お菓子	手作りおやつ
10	土	食パン・ポトフ ヨーグルトサラダ・バナナ	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・パイ缶・ヨーグルト	お菓子	お菓子
11	日					
12	月	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	手作りおやつ
13	火	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	お菓子
14	水	チキンカツ・千切りキャベツ 味噌汁・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	手作りおやつ
15	木	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
16	金	とりかまめし・おでん・ゆで卵 おひたし・果物	人参がゆ・野菜の五目あんかけ	鶏肉・人参・ごぼう・ちくわ・なると 蒟蒻・薩摩揚げ・大根・卵	お菓子	手作りおやつ
17	土	食パン・ワンタンスープ コロック・果物	パンがゆ・ワンタンスープ 果物・マッシュかぼちゃ	ひき肉・キャベツ・人参・干し椎茸 なると・(冷)コロック	お菓子	お菓子
18	日					
19	月	せんべい汁・小松菜の和え物 豆腐のカレー煮・ゆで卵・果物	白がゆ・せんべい汁 温野菜・果物	鶏肉・人参・牛蒡・椎茸・糸こん せんべい・厚揚げ・玉ねぎ・ひき肉	お菓子	手作りおやつ
20	火	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
21	水	マカロニグラタン・トマト スープ・果物	白がゆ・果物 マカロニと野菜のスープ煮	マカロニ・玉葱・ウィンナー・小麦粉 牛乳・卵・わかめ	お菓子	手作りおやつ
22	木	五目ラーメン・ゆで卵・バナナ	五目うどん・バナナ	中華麺・鶏肉・人参・メンマ・椎茸 なると・長葱・卵・昆布・煮干	お菓子	お菓子
23	金	カレーピラフ・ブロッコリー・果物 ミネストローネスープ	白がゆ・野菜の煮込みスープ マッシュポテト・果物	ひき肉・ミックスベジタブル・マカロニ 人参・玉葱・ベーコン・じゃが芋	お菓子	ケーキ ヨーグルト
24	土	食パン・クリームシチュー グリーンサラダ・果物	パンがゆ・野菜のクリーム煮 果物	豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・胡瓜 ブロッコリー・胡瓜・レタス	お菓子	お菓子
25	日					
26	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
27	火	赤魚の煮付け・味噌汁・果物 切干大根煮	白がゆ・根菜のスープ煮・果物	赤魚・ごぼう・切干大根・人参・油揚げ 薩摩揚げ・わかめ・豆腐・キャベツ	お菓子	お菓子
28	水	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	手作りおやつ
29	木	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	お菓子
30	金	鮭フライ・タルタルソース 千切キャベツ・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	手作りおやつ
31	土	食パン・海老団子のスープ かぼちゃのコロック・果物	パンがゆ・えび団子スープ 野菜のマッシュ・果物	海老団子・春雨・ワカメ・卵 かぼちゃコロック(冷)	お菓子	お菓子