



わんぱく 保育園 献立表 (10月分)



			離乳食					
			10:30		10:45		14:30	
日	曜	おやつ	初期	中期	後期	初期	後期	
2	月	牛乳 せんべい	10倍かゆ 南瓜のつぶし煮	7倍かゆ 味噌汁 ブロッコリーのじゃこ煮	7倍かゆ 清汁 じゃが芋の青のり和え	5倍かゆ 味噌汁 ブロッコリーのじゃこ煮	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の青のり和え	
3	火	牛乳 ポーロ	10倍かゆ 青菜のマッシュ	7倍かゆ 小松菜のスープ なすのそぼろ煮	7倍かゆ 納豆汁 きゃべつのやわらか煮	5倍かゆ 小松菜のスープ なすのそぼろ煮	5倍かゆ 納豆汁 きゃべつのやわらか煮	
4	水	牛乳 せんべい	10倍かゆ あけぼのマッシュ	7倍かゆ 清汁 じゃが芋の白煮	7倍かゆ きゃべつスープ 人参のそぼろ煮	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の白煮	5倍かゆ きゃべつスープ 人参のそぼろ煮	
5	木	牛乳 せんべい	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 魚の利休煮	おじや あんかけ豆腐	5倍かゆ 味噌汁 魚の利休煮	おじや あんかけ豆腐	
6	金	牛乳 紫芋スナック	10倍かゆ 豆腐のくず煮	7倍かゆ 野菜スープ 豆腐のトマト煮	7倍かゆ 味噌汁 じゃが芋のそぼろあんかけ	5倍かゆ 野菜スープ 豆腐のトマト煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋のそぼろあんかけ	
7	土	牛乳 せんべい	10倍かゆ じゃが芋のマッシュ	7倍かゆ 清汁 じゃが芋の白煮	7倍かゆ 豆腐スープ きゃべつのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の白煮	5倍かゆ 豆腐スープ きゃべつのやわらか煮	
10	火	牛乳 クッキー	10倍かゆ 南瓜マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 南瓜のそぼろ煮	7倍かゆ 清汁 味噌汁のあけぼの煮	5倍かゆ 味噌汁 南瓜のそぼろ煮	5倍かゆ 清汁 味噌汁のあけぼの煮	
11	水	牛乳 お米スナック	10倍かゆ さつま芋マッシュ	7倍かゆ 大根スープ さつまいものじゃこ煮	7倍かゆ 納豆汁 ほうれん草のうま煮	5倍かゆ 大根スープ さつまいものじゃこ煮	5倍かゆ 納豆汁 ほうれん草のうま煮	
12	木	牛乳 ビスケット	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ 清汁 煮魚	7倍かゆ 野菜スープ 麩のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 煮魚	5倍かゆ 野菜スープ 麩のべたべた煮	
14	土	牛乳 せんべい	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ きゃべつスープ 煮豆腐	おじや グリビスのやわらか煮	5倍かゆ きゃべつスープ 煮豆腐	おじや グリビスのやわらか煮	
16	月	牛乳 クラッカー	10倍かゆ 大根マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 大根のそぼろ煮	7倍かゆ クリームコンスープ 煮豆腐	5倍かゆ 味噌汁 大根のそぼろ煮	5倍かゆ クリームコンスープ 煮豆腐	
17	火	牛乳 クッキー	10倍かゆ 白菜マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 きゃべつのじゃこ煮	7倍かゆ トマトスープ さつま芋のきな粉和え	5倍かゆ 味噌汁 きゃべつのじゃこ煮	5倍かゆ トマトスープ さつま芋のきな粉和え	
18	水	牛乳 じゃが芋スナック	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 白身魚のあんかけ	7倍かゆ 豆腐スープ ほうれん草のごま煮	5倍かゆ 味噌汁 白身魚のあんかけ	5倍かゆ 豆腐スープ ほうれん草のごま煮	
19	木	牛乳 紫芋スナック	10倍かゆ きゃべつマッシュ	おじや きゃべつのそぼろ煮	7倍かゆ 味噌汁 麩のあけぼの煮	5倍かゆ おじや きゃべつのそぼろ煮	5倍かゆ 味噌汁 麩のあけぼの煮	
20	金	牛乳 お米スナック	10倍かゆ あけぼのマッシュ	7倍かゆ 清汁 グリビスのやわらか煮	7倍かゆ 野菜スープ きゃべつのじゃこ煮	5倍かゆ 清汁 グリビスのやわらか煮	5倍かゆ 野菜スープ きゃべつのじゃこ煮	
21	土	牛乳 せんべい	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 きゃべつのうま煮	7倍かゆ 清汁 小松菜のじゃこ煮	5倍かゆ 味噌汁 きゃべつのうま煮	5倍かゆ 清汁 小松菜のじゃこ煮	
23	月	牛乳 ビスケット	10倍かゆ グリーンマッシュ	7倍かゆ グリーンスープ 人参のじゃこ煮	7倍かゆ 味噌汁 きゃべつのうま煮	5倍かゆ グリーンスープ 人参のじゃこ煮	5倍かゆ 味噌汁 きゃべつのうま煮	
24	火	牛乳 クラッカー	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 人参のごま煮	7倍かゆ 野菜スープ じゃが芋のそぼろ煮	5倍かゆ 清汁 人参のごま煮	5倍かゆ 野菜スープ じゃが芋のそぼろ煮	
25	水	牛乳 コーンスナック	10倍かゆ さつま芋マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 煮魚	7倍かゆ 清汁 麩のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 煮魚	5倍かゆ 清汁 麩のべたべた煮	
26	木	牛乳 ビスケット	10倍かゆ じゃが芋のマッシュ	7倍かゆ 野菜スープ じゃが芋のきな粉和え	7倍かゆ 清汁 人参のうま煮	5倍かゆ 野菜スープ じゃが芋のきな粉和え	5倍かゆ 味噌汁 人参のうま煮	
27	金	牛乳 せんべい	10倍かゆ 大根マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 ほうれん草のじゃこ煮	7倍かゆ 清汁 じゃが芋のそぼろあんかけ	5倍かゆ 味噌汁 ほうれん草のじゃこ煮	5倍かゆ 清汁 じゃが芋のそぼろあんかけ	
28	土	牛乳 ポーロ	10倍かゆ ほうれん草マッシュ	7倍かゆ ほうれん草スープ 高野豆腐のうま煮	納豆かゆ じゃが芋の白煮	5倍かゆ ほうれん草スープ 高野豆腐のうま煮	納豆かゆ じゃが芋の白煮	
30	月	牛乳 サブレ	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	7倍かゆ 清汁 さつま芋のやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 さつま芋のやわらか煮	
31	火	牛乳 コーンスナック	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ 野菜スープ きゃべつのそぼろ煮	7倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	5倍かゆ 野菜スープ きゃべつのそぼろ煮	5倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	