

日	離乳食12~18	離乳食9~11
2日 月	午前 牛乳 せんべい 御飯 じゃが芋と鶏肉の煮物 鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、みりん 野菜の中華あえ もやし、にんじん、こまつな、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油 豆腐みそ汁(チンゲン菜・えのき) 木綿豆腐、チンゲンサイ、えのきたけ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	軟飯 じゃが芋と鶏肉の煮物 鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ 野菜の和え物 もやし、にんじん、こまつな、砂糖、しょうゆ 豆腐みそ汁(チンゲン菜) 木綿豆腐、チンゲンサイ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 ゼリーフライ	
3日 火	午前 ヨーグルト せんべい 食パン ツナの和風スパゲティー スパゲティー、オリーブ油、ツナ油漬缶、たまねぎ、にんじん、しめじ、コーン缶、しょうゆ、コンソメ、食塩、バター コールスローサラダ キャベツ、にんじん、マヨネーズ、酢、砂糖、食塩 スープ(さつまいも) さつまいも、たまねぎ、水、コンソメ、食塩 バナナ	ツナの和風スパゲティー スパゲティー、ツナ油漬缶、たまねぎ、にんじん、しめじ、しょうゆ、食塩 コールスローサラダ キャベツ、にんじん、マヨネーズ、砂糖、食塩 スープ(さつまいも) さつまいも、たまねぎ、水、食塩
	午後 牛乳 わかめおにぎり 米、炊き込みわかめ	
4日 水	午前 牛乳 ビスケット 中華どんぶり 米、豚肉、しょうが、酒、はくさい、にんじん、たけのこ、たまねぎ、しいたけ、なると、砂糖、しょうゆ、食塩、こしょう、コンソメ、片栗粉 きゅうりの中華味 きゅうり、ごま油、酢、しょうゆ、砂糖 はるさめスープ はるさめ、チンゲンサイ、コーン缶、水、中華だしの素、食塩 オレンジ	中華どんぶり(軟飯) 米、豚肉、はくさい、にんじん、たけのこ、たまねぎ、しいたけ、砂糖、しょうゆ、食塩、片栗粉 きゅうり はるさめスープ はるさめ、チンゲンサイ、水、食塩
	午後 牛乳 おやつ焼きそば 焼きそばめん、豚肉、キャベツ、にんじん、ピーマン、ごま油、ウスターソース	
5日 木	午前 牛乳 せんべい 御飯 田舎煮 鶏もも肉、れんこん、ごぼう、にんじん、だいこん、干しいたけ、さといも、油、砂糖、酒、淡色みそ、しょうゆ はくさいのごま和え はくさい、もやし、にんじん、すりごま、砂糖、しょうゆ、食塩 みそ汁(こまつな・たまねぎ) こまつな、たまねぎ、水、ほんだし、米みそ(淡色辛みそ) バナナ	軟飯 田舎煮 鶏もも肉、にんじん、だいこん、干しいたけ、さといも、砂糖、淡色みそ、しょうゆ はくさいの和え物 はくさい、もやし、にんじん、砂糖、しょうゆ、食塩 みそ汁(こまつな・たまねぎ) こまつな、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 アメリカンドッグ ソーセージ、小麦粉、ホットケーキ粉、調製豆乳、卵、油	
6日 金	午前 牛乳 ビスケット 御飯 ポークカレー 豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、カレールウ、ウスターソース、牛乳 大根サラダ だいこん、きゅうり、にんじん、ツナ水煮缶、油、酢、しょうゆ、すりごま 柿 牛乳 ポップコーン	軟飯 シチュー 豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、牛乳、小麦粉、食塩 大根サラダ だいこん、きゅうり、にんじん、ツナ水煮缶、しょうゆ
	午後 牛乳 ポップコーン	
9日 月	午前 牛乳 せんべい 御飯 田舎煮 鶏もも肉、れんこん、ごぼう、にんじん、だいこん、干しいたけ、さといも、油、砂糖、酒、淡色みそ、しょうゆ はくさいのごま和え はくさい、もやし、にんじん、すりごま、砂糖、しょうゆ、食塩 みそ汁(こまつな・たまねぎ) こまつな、たまねぎ、水、ほんだし、米みそ(淡色辛みそ) バナナ	
10日 火	午前 ヨーグルト せんべい ロールパン スパゲティーナポリタン ウインナー、にんじん、たまねぎ、ピーマン、オリーブ油、ケチャップ、ウスターソース、食塩、こしょう、スパゲティー ボイルブロッコリー ブロッコリー、食塩 野菜スープ キャベツ、たまねぎ、にんじん、水、コンソメ、食塩 バナナ	スパゲティーナポリタン にんじん、たまねぎ、ピーマン、ケチャップ、食塩、スパゲティー ボイルブロッコリー ブロッコリー、食塩 野菜スープ キャベツ、たまねぎ、にんじん、水、食塩
	午後 牛乳 ホットケーキ ホットケーキ粉、調製豆乳、卵、メープルシロップ	
11日 水	午前 牛乳 ビスケット 三色そばろ丼 米、凍り豆腐、鶏ひき肉、油、水、ほんだし、しょうが、しょうゆ、砂糖、酒、にんじん、水、ほんだし、砂糖、食塩、ほうれんそう、ごま油、しょうゆ かぼちゃの煮物 かぼちゃ、水、しょうゆ、砂糖、ほんだし みそ汁(だいこん・なめこ) だいこん、たまねぎ、なめこ、かつお・昆布だし汁、米みそ(淡色辛みそ) オレンジ	三色そばろ丼(軟飯) 米、凍り豆腐、鶏ひき肉、水、しょうゆ、砂糖、にんじん、水、砂糖、食塩、ほうれんそう、しょうゆ かぼちゃの煮物 かぼちゃ、水、しょうゆ、砂糖 みそ汁(だいこん) だいこん、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 ドーナツ ホットケーキ粉、木綿豆腐、砂糖、油	
12日 木	午前 牛乳 せんべい ハヤシライス 米、豚肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、油、ハヤシルウ、バター、ケチャップ、ウスターソース ごぼうのサラダ ごぼう、きゅうり、にんじん、ハム、水、しょうゆ、みりん、マヨネーズ、ほんだし バナナ	軟飯 シチュー 豚肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、牛乳、小麦粉、食塩 茹で野菜 きゅうり、にんじん
	午後 牛乳 マカロニきな粉あえ マカロニ、きな粉、砂糖	
13日 金	午前 牛乳 ビスケット 御飯 まぐろの竜田揚げ まぐろ、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油 キャベツのコーン煮 キャベツ、コーン缶、水、食塩 みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ) じゃがいも、たまねぎ、水、淡色みそ、ほんだし オレンジ	軟飯 まぐろの煮つけ まぐろ、しょうゆ キャベツ煮 キャベツ、水、食塩 みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ) じゃがいも、たまねぎ、水、淡色みそ
	午後 牛乳 コーンフレーク(ココア)	
16日 月	午前 牛乳 せんべい 御飯 豚肉のみそ炒め 豚肉、油、なす、にんじん、たまねぎ、淡色みそ、砂糖、しょうゆ、片栗粉 こまつなのナムル こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、ごま油、すりごま、しょうゆ、砂糖 かき玉汁 卵、ねぎ、水、しょうゆ、食塩、ほんだし、片栗粉 オレンジ	軟飯 豚肉のみそ煮 豚肉、なす、にんじん、たまねぎ、淡色みそ、砂糖、しょうゆ こまつなの和え物 こまつな、もやし、にんじん、しょうゆ かき玉汁 卵、ねぎ、水、しょうゆ、食塩、片栗粉
	午後 牛乳 フライドポテト フレンチフライポテト、油、食塩、ケチャップ	
17日 火	午前 ヨーグルト せんべい 食パン けんちんうどん ゆでうどん、鶏もも肉、油揚げ、だいこん、にんじん、ごぼう、こまつな、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩 キャベツのおかか和え キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、かつお節 バナナ	けんちんうどん ゆでうどん、鶏もも肉、だいこん、にんじん、こまつな、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 キャベツの和え物 キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ
	午後 牛乳 おにぎり(さけ) 七分つき米、さけ、食塩、ごま、焼きのり	

日	離乳食12~18	離乳食9~11
18日 水	午前 牛乳 ビスケット	
	昼食 御飯 鮭の照り焼き さけ、食塩、しょうゆ、みりん、油 じゃがいも煮 じゃがいも、にんじん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん みそ汁(もやし・あげ) もやし、油揚げ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	軟飯 鮭の照り焼き さけ、食塩、しょうゆ じゃがいも煮 じゃがいも、にんじん、かつお・昆布だし汁、しょうゆ みそ汁(もやし) もやし、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)
19日 木	午後 牛乳 きなこトースト 食パン、マーガリン、砂糖、きな粉	
	午前 牛乳 せんべい	
20日 金	昼食 御飯 酢豚 豚肉、酒、しょうゆ、片栗粉、油、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、ピーマン、ケチャップ、酢、しょうゆ、砂糖、片 もやしのおひたし もやし、にんじん、しょうゆ、食塩 わかめスープ カットわかめ、しいたけ、ねぎ、水、中華だしの素、しょうゆ、食塩 オレンジ	軟飯 野菜のツナ煮 ツナ水煮缶、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、ピーマン、しょうゆ、砂糖 もやしのおひたし もやし、にんじん、しょうゆ、食塩 わかめスープ カットわかめ、ねぎ、水、しょうゆ、食塩
	午後 牛乳 ふかし芋(さつま)	
23日 月	午前 牛乳 ビスケット	
	昼食 御飯 鶏の唐揚げ 鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油 パスタサラダ スパゲティ、ハム、きゅうり、キャベツ、にんじん、マヨネーズ、しょうゆ きのこのスープ えのきたけ、しめじ、たまねぎ、にんじん、油、水、コンソメ、食塩 みかん	軟飯 鶏の軟らか煮 鶏もも肉、しょうゆ パスタサラダ スパゲティ、きゅうり、キャベツ、にんじん、マヨネーズ、しょうゆ きのこのスープ えのきたけ、しめじ、たまねぎ、にんじん、水、食塩
24日 火	午後 牛乳 せんべい	
	午前 牛乳 せんべい	
25日 水	昼食 御飯 煮込みハンバーグ 豚ひき肉、たまねぎ、油、卵、パン粉、牛乳、食塩、こしょう、油、ケチャップ、ウスターソース、砂糖 ほうれん草のソテー ほうれん草、キャベツ、コーン缶、しょうゆ、食塩、コンソメ、油 豆腐スープ(わかめ) 木綿豆腐、ねぎ、カットわかめ、水、中華だしの素、食塩 オレンジ	軟飯 煮込みハンバーグ 豚ひき肉、たまねぎ、卵、パン粉、牛乳、食塩、ケチャップ、砂糖 ほうれん草のソテー ほうれん草、キャベツ、しょうゆ、食塩、油 豆腐スープ(わかめ) 木綿豆腐、ねぎ、カットわかめ、水、食塩
	午後 麦茶 ヨーグルト せんべい	
26日 木	午前 ヨーグルト せんべい	
	昼食 食パン 五目ラーメン 生中華めん、キャベツ、にんじん、もやし、コーン缶、ごま油、焼き豚、ねぎ、中華スープ、しょうゆ、食塩 ポイルウインナー ウインナー ブロッコリーのごまあえ ブロッコリー、しょうゆ、ごま バナナ	軟飯 野菜のツナ煮 ツナ水煮缶、キャベツ、にんじん、もやし、ねぎ、しょうゆ ブロッコリー ブロッコリー 野菜スープ キャベツ、にんじん、水、食塩
27日 金	午後 牛乳 おいなりさん 米、酢、砂糖、食塩、油揚げ、水、しょうゆ、砂糖、みりん、ほんだし	
	午前 牛乳 ビスケット	
28日 土	昼食 御飯 鮭の塩焼き さけ、食塩 五目きんぴら 切り干しだいごん、ごぼう、にんじん、しらたき、油揚げ、いんげん、ごま油、砂糖、みりん、しょうゆ 麩のすまし汁(えのき) 焼ふ、えのきたけ、ねぎ、水、しょうゆ、食塩、ほんだし オレンジ	軟飯 鮭の塩焼き さけ、食塩 切干大根の煮つけ 切り干しだいごん、にんじん、いんげん、砂糖、しょうゆ 麩のすまし汁 焼ふ、ねぎ、水、しょうゆ、食塩
	午後 牛乳 大学芋 さつまいも、油、水、砂糖、しょうゆ、ごま	
29日 日	午前 牛乳 せんべい	
	昼食 御飯 炒り豆腐 木綿豆腐、鶏ひき肉、しらたき、しいたけ、にんじん、たまねぎ、油、しょうゆ、砂糖、みりん、卵 酢の物 カットわかめ、きゅうり、もやし、かにかまぼこ、酢、砂糖、しょうゆ みそ汁(キャベツ・にんじん) キャベツ、にんじん、水、ほんだし、米みそ(淡色辛みそ) バナナ	軟飯 卵とじ 木綿豆腐、鶏ひき肉、しいたけ、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、卵 きゅうりの和え物 カットわかめ、きゅうり、もやし、しょうゆ みそ汁(キャベツ・にんじん) キャベツ、にんじん、水、米みそ(淡色辛みそ)
30日 月	午後 牛乳 りんご	
	午前 牛乳 せんべい	
31日 火	昼食 御飯 はんぺんのチーズフライ チーズサンドはんぺん、小麦粉、卵、パン粉、油、ケチャップ もやしのナムル もやし、にんじん、カットわかめ、ごま油、すりごま、しょうゆ 豚汁 豚肉、じゃがいも、にんじん、ごぼう、板こんにゃく、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし バナナ	卵がゆ 米、卵 もやしの和え物 もやし、にんじん、カットわかめ、しょうゆ 豚汁 豚肉、じゃがいも、にんじん、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 フレンチトースト 食パン、卵、砂糖、調製豆乳、メープルシロップ	
10月 31日 火	午前 ヨーグルト せんべい	
	昼食 ジャンバラヤ 米、たまねぎ、にんじん、ウインナー、酒、ケチャップ、カレー粉、中濃ソース、コンソメ、にんにく、バター、食塩、こしょう 三色サラダ ブロッコリー、にんじん、コーン缶、酢、油、砂糖、しょうゆ かぼちゃミルクスープ かぼちゃ、たまねぎ、油、水、牛乳、シチューミックスクリーム、こしょう オレンジ	野菜リゾット 米、たまねぎ、にんじん、ケチャップ、食塩 ブロッコリーの和え物 ブロッコリー、にんじん、しょうゆ かぼちゃミルクスープ かぼちゃ、たまねぎ、水、牛乳、食塩
	午後 牛乳 蒸しパン ホットケーキミックス、豆乳、砂糖	

※献立は、材料等の入荷の都合により変更する場合があります。

☆今月のひとこと☆

秋は実りの秋、食欲の秋とも言われるように、食べることに興味を持ち、食べるのが楽しくなるような季節にしたいですね。家族やお友達と、旬の食材を楽しんでくださいね。

