

H30年 10月の献立



あゆみ幼稚園

日	曜日	朝のおやつ (乳児)	お昼の献立	材料名	3時のおやつ	材料名
1	月	赤ちゃんせんべい お茶	軟飯(おかゆ) / 鯛とブロッコリー煮 人参の白和え 玉葱のみそ汁/フルーツ	米/鯛・ブロッコリー 人参・豆腐 玉葱/りんご	さつま芋スティック お茶	さつま芋
2	火	ふわふわチップ お茶	鶏肉と野菜うどん じゃが芋と玉葱煮 フルーツ	うどん麺・鶏ミンチ・ほうれん草・人参 じゃが芋・玉葱 りんご	南瓜粥 お茶	米・南瓜
3	水	紫芋チップ お茶	軟飯(おかゆ) / カレイの野菜あんかけ 南瓜とブロッコリー煮 大根のみそ汁/フルーツ	米/カラスガレイ・人参・玉葱 南瓜・ブロッコリー 大根/バナナ	野菜うどん お茶	うどん麺・小松菜 人参
4	木	赤ちゃんせんべい お茶	軟飯(おかゆ) / 豚肉とじゃが芋煮 キャベツのお浸し 豆腐のみそ汁/フルーツ	米/豚ミンチ・じゃが芋・玉葱 キャベツ・人参 豆腐/りんご	ブロッコリー粥 お茶	米・ブロッコリー
5	金	りんご お茶	軟飯(おかゆ) / 鶏肉と白菜煮 さつま芋の煮物 玉葱のみそ汁/フルーツ	米/鶏肉・白菜・人参 さつま芋 玉葱/バナナ	芋粥 お茶	米・じゃが芋
6	土	ふわふわチップ お茶	豚肉と野菜のおじや 豆腐のみそ汁/フルーツ	米・豚肉・キャベツ・人参 豆腐/りんご	野菜粥 お茶	米・人参・玉葱
8	月	休 園 (体育の日)				
9	火	紫芋チップ お茶	けんちんうどん 南瓜の煮物 フルーツ	うどん麺・豆腐・ほうれん草・人参 南瓜 りんご	さつま芋粥 お茶	米・さつま芋
10	水	りんご お茶	軟飯(おかゆ) / 鮭とさつま芋煮 野菜の煮物 キャベツのみそ汁/フルーツ	米/鮭・さつま芋 玉葱・人参・小松菜 キャベツ/バナナ	芋粥 お茶	米・じゃが芋
11	木	ふわふわチップ お茶	軟飯(おかゆ) / 豆腐のそぼろあんかけ じゃが芋と人参煮 玉葱のみそ汁/フルーツ	米/豆腐・豚ミンチ じゃが芋・人参 玉葱/りんご	南瓜粥 お茶	米・南瓜
12	金	赤ちゃんせんべい お茶	軟飯(おかゆ) / 鯛と南瓜煮 ほうれん草と玉葱煮 豆腐のみそ汁/フルーツ	米/鯛・南瓜 ほうれん草・玉葱 豆腐/バナナ	人参粥 お茶	米・人参
13	土	第35回 ふれあいうどんどうかい (9:00~11:30) 赤ちゃんせんべいとお茶を用意しています。				
15	月	紫芋チップ お茶	軟飯(おかゆ) / 鮭とほうれん草煮 じゃが芋と人参煮 豆腐のみそ汁/フルーツ	米/鮭・ほうれん草 じゃが芋・人参 豆腐/りんご	野菜粥 お茶	米・玉葱・人参
16	火	ふわふわチップ お茶	豚肉と野菜うどん さつま芋の煮物 フルーツ	うどん麺・豚肉・ほうれん草・人参・玉葱 さつま芋 りんご	芋粥 お茶	米・じゃが芋
17	水	赤ちゃんせんべい お茶	軟飯(おかゆ) / カレイの煮付 じゃが芋と小松菜煮 人参のみそ汁/フルーツ	米/カラスガレイ・玉葱 じゃが芋・小松菜 人参/バナナ	みそ煮込みうどん お茶	うどん麺・白菜・人参
18	木	紫芋チップ お茶	軟飯(おかゆ) / 豚肉と南瓜煮 キャベツと人参煮 玉葱のみそ汁/フルーツ	米/豚肉・南瓜 キャベツ・人参 玉葱/りんご	さつま芋スティック お茶	さつま芋
19	金	りんご お茶	軟飯(おかゆ) / 鶏団子とブロッコリー煮 じゃが芋と玉葱煮 ほうれん草のみそ汁/フルーツ	米/鶏ミンチ・ブロッコリー じゃが芋・玉葱 ほうれん草/バナナ	人参粥 お茶	米・人参
20	土	赤ちゃんせんべい お茶	鶏肉と野菜のおじや 白菜のみそ汁/フルーツ	米・鶏肉・玉葱・人参 白菜/りんご	ブロッコリー粥 お茶	米・ブロッコリー
22	月	ふわふわチップ お茶	軟飯(おかゆ) / 鮭とブロッコリー煮 南瓜煮 人参のみそ汁/フルーツ	米/鮭・ブロッコリー・玉葱 南瓜 人参/りんご	人参粥 お茶	米・人参
23	火	赤ちゃんせんべい お茶	軟飯(おかゆ) / 豚肉と野菜煮 さつま芋の煮物 キャベツのみそ汁/フルーツ	米/豚ミンチ・玉葱・人参 さつま芋 キャベツ/りんご	芋粥 お茶	米・じゃが芋
24	水	紫芋チップ お茶	軟飯(おかゆ) / 鶏肉とじゃが芋煮 小松菜の煮浸し 玉葱のみそ汁/フルーツ	米/鶏肉・さつま芋 小松菜・人参 玉葱/バナナ	けんちんうどん お茶	うどん麺・豆腐 キャベツ・人参
25	木	ふわふわチップ お茶	軟飯(おかゆ) / 鯛の煮付 豆腐と人参煮 さつま芋のみそ汁/フルーツ	米/鯛・ブロッコリー 豆腐・人参 さつま芋/りんご	南瓜粥 お茶	米・南瓜
26	金	りんご お茶	鶏肉と野菜のみそうどん じゃが芋のスティック フルーツ	うどん麺・鶏ミンチ・ほうれん草・人参 じゃが芋 バナナ	小松菜粥 お茶	米・小松菜
27	土	赤ちゃんせんべい お茶	豚肉と白菜のおじや 玉葱のみそ汁/フルーツ	米・豚肉・白菜・人参 玉葱/りんご	野菜粥 お茶	米・玉葱・人参
28	日	第35回 あゆみまつり(10:00~14:00)				
29	月	赤ちゃんせんべい お茶	軟飯(おかゆ) / カレイと野菜煮 大根と人参煮 豆腐のみそ汁/フルーツ	米/カラスガレイ・キャベツ 大根・人参 豆腐/りんご	芋粥 お茶	米・じゃが芋
30	火	紫芋チップ お茶	軟飯(おかゆ) / 豚肉と人参煮 ブロッコリーと豆腐煮 玉葱のみそ汁/フルーツ	米/豚肉・人参・じゃが芋 ブロッコリー・豆腐 玉葱/りんご	さつま芋粥 お茶	米・さつま芋
31	水	りんご お茶	煮込みうどん 南瓜の煮物 フルーツ	うどん麺・鶏ミンチ・ほうれん草・人参 南瓜 バナナ	南瓜粥 お茶	米・南瓜

※ 主食の米は、微量栄養素(ビタミンB1・食物繊維・鉄など)をより多く摂取できるように、七分づき米を使用しています。
 ※ アレルギー児については除去食で対応しています。
 ※ 調味料は、出汁(昆布・鰹)砂糖・醤油・塩・片栗粉・味噌を使用しています。
 ※ 発達状況に応じて、食材の形状や味付けを変えています。
 ※ 延長保育には、赤ちゃんせんべい、フルーツなどの軽食を日替わりで提供しています。