



10月の献立表

	10時おやつ	献立名	材料名			3時のおやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 (金)	麦茶 マンナビスケット	豚肉の味噌煮 温野菜 スープ おかゆ	米・ふ	豚肉	キャベツ・玉葱・人参 もやし・きゅうり	麦茶 キャロット蒸しパン
2 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ ミニゼリー 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・ミニゼリー	
4 (月)	麦茶 お野菜せんべい	煮込みうどん 温野菜	ゆでうどん	鶏ささ身	玉葱・人参・キャベツ きゅうり・もやし	麦茶 おかがゆ
5 (火)	麦茶 ボーロ	肉じゃが 納豆 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・じゃが芋・納豆・みそ	豚肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり・もやし・大根	麦茶 蒸しパン
6 (水)	麦茶 ウエハース	しらすがゆ 野菜の煮物 みそ汁	米・みそ・じゃが芋	しらす	玉葱・人参・キャベツ 豆腐	麦茶 梨
7 (木)	麦茶 バナナ	食パン 野菜スープ ミニゼリー	食パン	鶏肉	キャベツ・玉葱・人参 わかめ・ミニゼリー	麦茶 じゃが芋
8 (金)	麦茶 やきいもクッキー	キャロットがゆ 鶏肉の煮物 スープ	米・豆腐	鶏肉	玉葱・人参・キャベツ わかめ・きゅうり	麦茶 ゼリー
9 (土)	麦茶 ハイハイン	パン 麦茶 バナナ	パン		バナナ	
11 (月)	麦茶 マンナ	豚肉の煮物 温野菜 スープ おかゆ	米	豚肉	もやし・きゅうり・人参 玉葱・わかめ	麦茶 蒸しパン
12 (火)	麦茶 ウエハース	味噌煮込みうどん 温野菜 バナナ	ゆでうどん・じゃが芋	鶏肉	人参・玉葱・大根 かぶ・きゅうり・バナナ	麦茶 ゼリー
13 (水)	麦茶 リンゴ	炒り豆腐 スパサラダ みそ汁 おかゆ	米・スパゲティ 豆腐・みそ	しらす	玉葱・人参・きゅうり もやし・キャベツ	麦茶 さつま芋
14 (木)	麦茶 ボーロ	食パン 温野菜 野菜スープ	食パン・じゃが芋	豚肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり	麦茶 バナナ
15 (金)	麦茶 ミニゼリー	ベビーハヤシ 温野菜 おかゆ	米	豚肉	玉葱・人参・大根 きゅうり	麦茶 蒸しパン



10月の献立表

	10時おやつ	献立名	材料名			3時のおやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
16 (土)	麦茶 ハイハイン	野菜がゆ ミニゼリー 麦茶	米	しらす	キャベツ・玉葱・人参 ミニゼリー	
18 (月)	麦茶 ウエハース	しらす納豆 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・納豆・ふ・みそ	しらす	キャベツ・玉葱・人参 大根・もやし・かぶ きゅうり	麦茶 鉄入りビスケット
19 (火)	麦茶 ボーロ	松風焼き さつまいもの煮物 みそ汁 おかゆ	米・じゃが芋・みそ	鶏挽肉	玉葱・人参・きゅうり もやし・キャベツ	麦茶 リング
20 (水)	麦茶 マンナ	たらの野菜あんかけ煮 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・ふ・みそ	生鱈	玉葱・人参・キャベツ きゅうり・大根	麦茶 みそ蒸しパン
21 (木)	麦茶 バナナ	食パン 温野菜 鶏肉の煮物 スープ	食パン	鶏肉	小松菜・キャベツ・人参 玉葱・もやし	麦茶 焼き芋
22 (金)	麦茶 かぼちゃクッキー	煮込みハンバーグ 温野菜 スープ おかゆ	米	豚挽肉	玉葱・人参・キャベツ もやし・きゅうり・わかめ	麦茶 お野菜ボーロ
23 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ スティックきゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	
25 (月)	麦茶 ボーロ	煮込みうどん さつまいもの煮物 温野菜	ゆでうどん・さつまい 豆腐	鶏肉	大根・人参・キャベツ きゅうり	麦茶 バナナ
26 (火)	麦茶 リング	そばろがゆ 温野菜 大根の煮物 みそ汁	米・みそ	鶏挽肉	ほうれん草・大根・きゅうり 玉葱・人参	麦茶 小魚せんべい
27 (水)	麦茶 お野菜せんべい	かぼちゃの煮物 温野菜	米	豚肉	かぼちゃ・玉葱・人参 キャベツ・きゅうり・もやし	麦茶 やきいもクッキー
28 (木)	麦茶 お野菜リング	食パン 野菜スープ リング	食パン・じゃが芋	鶏肉	きゅうり・キャベツ・玉葱 人参・もやし・リング	麦茶 ボーロ
29 (金)	麦茶 ウエハース	鶏肉の煮物 マカロニサラダ バナナ	米・マカロニ	鶏肉	きゅうり・人参・キャベツ 玉葱・バナナ	麦茶 かぼちゃクッキー
30 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ スティックきゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	

