

10月離乳食予定献立表

令和2年 10月 めぶき保育園

	曜	昼 食					午後おやつ
		主食	主菜	副菜	汁物	デザート	
1	木	軟飯	ハンバーグのバター醤油	ごま和え	さつま芋の味噌汁		ホットケーキ
2	金	食パン	白身魚の塩焼き	大豆サラダ	ポトフ風スープ		ふりかけ軟飯
3	土	ピラフ風軟飯		マドマゼンサラダ	オニオンスープ		クッキー
5	月	軟飯	豆腐ハンバーグ	小松菜ときのこのおひたし	ニラともやしの味噌汁		バナナケーキ
6	火	軟飯	ひき肉と野菜の煮物	ナムル	わかめスープ		果物
7	水	軟飯	白身魚の味噌煮	おかか和え	野菜スープ		クッキー
8	木	軟飯	ハンバーグの照り焼き	わかめの酢の物	きのこ汁	果物	シュガーサンド
9	金	食パン	白身魚のパン粉焼き	チーズサラダ	白菜スープ		わかめ軟飯
10	土	軟飯	ごまみそ肉じゃが	甘酢和え	玉ねぎの味噌汁		ホットケーキ
12	月	軟飯	白身魚の西京焼き	しらす和え	じゃが芋の味噌汁		チーズホットケーキ
13	火	軟飯	ハンバーグのごま照り焼	磯和え	すまし汁		マフィン
14	水	軟飯	ひき肉と野菜の煮物	甘酢和え	わかめとえのきの味噌汁		シュガーサンド
15	木	軟飯	ひき肉と野菜の煮物	ごまみそ和え	なめこの味噌汁	果物	さつま芋蒸しケーキ
16	金	食パン	ハンバーグ	マカロニサラダ	ふわふわスープ		おかか軟飯
17	土	軟飯	鶏肉とじゃが芋の南蛮風煮	酢の物	青菜とわかめの味噌汁		ごまクッキー
19	月	ピラフ風軟飯		大根サラダ	青梗菜スープ		さつま芋スティック
20	火	軟飯	ハンバーグの味噌焼き	土佐和え	ニラとお麩の味噌汁	果物	セサミサンド
21	水	軟飯	松風焼き	おひたし	野菜の味噌汁		りんごジャムサンド
22	木	軟飯	白身魚のホイル焼き	ひじきと大豆の煮物	青菜と豆腐の味噌汁		果物
23	金	食パン	ハンバーグ	ポテトサラダ	豆乳スープ		炊き込み軟飯
24	土	軟飯	ひき肉と野菜の煮物	じゃが芋の甘煮	大根の味噌汁		蒸しケーキ
26	月	軟飯	豆腐ステーキの中華あんかけ	ひじきサラダ	にらスープ		果物
27	火	ピラフ風軟飯		ごま和え	青菜のスープ		シュガーサンド
28	水	軟飯	ハンバーグ	ごま酢和え	五目味噌汁	果物	磯ポテト
29	木	軟飯	ひき肉と野菜の煮物	じゃが芋のおかか煮	きのこの味噌汁		きな粉カップケーキ
30	金	食パン	ハンバーグ	マドマゼンサラダ	野菜スープ		鮭軟飯
31	土	ピラフ風軟飯		小松菜サラダ	コロコロスープ		ホットケーキ