

日	曜日	おひる	おやつ(牛乳)	主な材料	力や熱になる	血や肉になる	体の調子を整える
1	金	ご飯 肉団子の甘酢あん 中華サラダ 南瓜の含め煮 わかめスープ バナナ	午前 ボーグ 午後 月見団子	●米 パン粉 片栗粉 油 ごま油 白玉粉 米粉 ●豚 卵 牛乳 ぬ カメ きな粉 ●祥 玉葱 人参 ピーマン レタス 胡瓜 コーン みかん缶 南瓜 バナナ			
		きのこの和風パスタ みかん缶 チキン入りサラダ ミネストローネ	午前 あられ 午後 ぼたぼた焼	●パゲティ 油 ジャガ芋 ●豚 鶏 ベーコン 牛乳 ●ソニク イキ 玉葱 しめじ 大葉 レタス トト 胡瓜 バジル みかん缶			
4	月	鮭の胡麻味噌焼き ほうれん草のり和え 厚揚げと大根の煮物 玉葱のすまし汁 オレンジ	午前 ピスケット 午後 和風ホットケーキ	●米 ごま油 胡麻 茄 薺 芋 中力粉 はちみつ ●鮭 味噌 海苔 厚揚げ カメ 牛乳 ●ほうれん草 人参 キャベツ 大根 玉葱 三つ葉 ポリソ			
		南瓜バジル チキンのトト煮 ポテトサラダ りんご ほうれん草とコーンのソース セリとベーコンのスープ	午前 かりんとう 午後 りんごとじゃこのおむすび	●パン ジャガ芋 ヨネズ バター 米 ●鶏 卵 ベーコン しらす カメ 牛乳 ●玉葱 グリルピース トト 胡瓜 人参 コーン ほうれん草 セリ りんご			
6	水	ご飯 ブルコギ 白菜の甘酢漬け 柿 ブロッコリーのおかか煮 青梗菜のスープ	午前 おこし 午後 もちもちドーナツ	●米 春雨 ごま油 HM 白玉粉 はちみつ ●牛 昆布 かつお 牛乳 卵 ●玉葱 ヨウ りんご バジル ソニク 白菜 人参 胡瓜 ブロッコリー 青梗菜 柿			
		ちゃんぽん 南瓜の天ぷら ささみと野菜の和え物 バナナ	午前 ボーグ 午後 みかんゼリー	●中華麺 片栗粉 胡麻 ●豚 うずらの卵 仙 ピー 卵 鶏 寒天 牛乳 ●玉葱 人参 篠 白菜 もやし 生姜 小松菜 キャベツ バナナ ルツボ デュース 他2種			
8	金	ご飯 豆腐入り松風焼き 春雨の酢の物 揚げじゃが芋の甘辛がらめ 麺の味噌汁 梨	午前 あられ 午後 チーズクッキー	●米 パン粉 胡麻 油 春雨 ジャガ芋 麺 小麦粉 バター ●豆腐 鶏 牛乳 卵 味噌 ひじき かつお カメ チーズ ●祥 玉葱 人参 バジル キャベツ 胡瓜 梨			
9	土	 運動会 					
11	月	ご飯 厚揚げの酢豚風 長芋ステーキ ブロッコリーのゆかり和え 白菜の味噌汁	午前 ピスケット 午後 ブルーバリーサンド	●米 片栗粉 長芋 油 パン ブルーバリーサンド ●厚揚げ 味噌 チーズ 牛乳 ●人参 玉葱 ピーマン 椎茸 青梗菜 ブロッコリー 大葉 白菜 祥 グレープフルーツ			
		ホーリゾン チーズ入りオムレツ きのこのスープ 豚肉の胡麻ドレッシング サラダ バナナ	午前 かりんとう 午後 高菜おにぎり	●パゲティ バター 油 胡麻 ごま油 米 ●ウイナー 豚 卵 牛乳 チーズ ベーコン 牛乳 かつお ●玉葱 ピーマン ソニク 胡瓜 人参 レタス しめじ イキ 椎茸 他2種			
13	水	牛肉と里芋の混ぜご飯 蓮根バーグ ブリトト レタスと梨のサラダ 春雨のカレー スープ ブリ	午前 おこし 午後 アップルボートパイ	●米 里芋 片栗粉 春雨 ブリン パイント さつま芋 バター ●牛 鶏 ひじき 卵 牛乳 ベーコン かつお ●祥 蓮根 玉葱 人参 ピーマン レタス 胡瓜 梨 他3種			
		ホットドッグ ホーピーノ ソース 炒り卵のサラダ 鶏肉のミルクスープ ホルツ	午前 ボーグ 午後 おしんこ巻	●パン ジャガ芋 油 ヨネズ 米 ●ウイナー 卵 豚 鶏 大豆 牛乳 海苔 ●キャベツ 胡瓜 アスパラ コーン 玉葱 人参 グリルピース ソニク バセリ ホルツ			
15	金	ご飯 鯖のおろし煮 もずくの酢の物 南瓜のそぼろ煮 豆苗のすまし汁 柿	午前 あられ 午後 バナナケーキ	●米 片栗粉 油 HM ●鯖 もずく カメ 鶏 牛乳 卵 ●大根 生姜 胡瓜 トト 南瓜 グリルピース 豆苗 玉葱 人参 柿 バナナ			
		胡麻焼きそば 大根の味噌汁 こんにゃくの和えもの パイン缶	午前 ピスケット 午後 ハーベスト	●中華麺 胡麻 油 茄 ●豚 ピー かつお 油揚げ 牛乳 味噌 ●キャベツ 玉葱 もやし 祥 人参 小松菜 大根 パイン缶			
18	月	ご飯 加いのヨ味噌焼き ピーマンと人参の金平 じゃが芋のおかか和え 豆腐のすまし汁 バナナ	午前 おこし 午後 カリカリんとう	●米 ヨネズ 茄 油 ジャガ芋 ピーマン ●加い 味噌 かつお 豆腐 カメ 牛乳 ●人参 ピーマン 胡瓜 ブロッコリー コーン 三つ葉 バナナ			
		天ぷらうどん 和風オムレツ 干し大根のナムル グレープフルーツ	午前 かりんとう 午後 梅おかかおむすび	●小麦粉 油 うどん 胡麻 ごま油 米 ●ピー 卵 豆腐 蒲鉾 かつお しらす 牛乳 ●祥 イキ 玉葱 小松菜 切干大根 胡瓜 人参 キャベツ グレープフルーツ 梅			
20	水	麻婆丼 ローストチキン ひじきサラダ 白菜とエノキのスープ りんご	午前 ボーグ 午後 メソバソ風クリー	●米 油 しらたき HM バター ●豆腐 豚 味噌 鶏 ひじき しらす ベーコン 卵 牛乳 ●祥 生姜 ソニク 玉葱 人参 トト 三つ葉 白菜 イキ りんご			
		クロワッサン ハンバーグ カツと大根のサラダ ブロッコリーとウイナーの炒め物 トマトスープ ホルツ	午前 あられ 午後 豆腐入りみたらし丼子	●クロワッサン パン粉 ヨネズ 油 ジャガ芋 白玉粉 米粉 片栗粉 ●牛 豚 牛乳 カツ ウイナー 豆腐 ●玉葱 大根 カイム ブロッコリー ソニク トト セリ ホルツ			
22	金	ご飯 太刀魚の塩麹焼き 柿の白和え しらたきのたらこ炒め 赤だし	午前 ピスケット 午後 人参蒸しパン	●米 白滝 胡麻 HM バター はちみつ ●太刀魚 厚揚げ 味噌 たらこ カメ 卵 牛乳 ●柿 小松菜 胡瓜 なめこ イキ 祥 バナナ 人参			
		焼きビーフン わかめとじゃこのサラダ 豆腐のみぞれ汁 桃缶	午前 かりんとう 午後 マリー	●ビーフン ごま油 油 ●豚 ピー カメ ひじき しらす 豆腐 牛乳 ●もやし 人参 ピーマン トト 胡瓜 コーン 大根 小松菜 もも缶			
25	月	ご飯 鯖の西京漬 キャベツの胡麻和え グレープフルーツ 鶏肉とさつま芋の煮物 油揚げと玉葱のすまし汁	午前 おこし 午後 アメリカントウ	●米 茄 胡麻 さつま芋 油 HM 油 ●鯖 鶏 カメ 油揚げ ウイナー 牛乳 ●キャベツ ほうれん草 人参 玉葱 祥 グレープフルーツ			
		醤油ラーメン はんぺん入り卵焼き ほうれん草のたらこマヨ和え りんご	午前 ピスケット 午後 キノコの炊き込みご飯	●中華麺 ごま油 ヨネズ 米 粟 ●焼き豚 なると 卵 はんぺん たらこ 牛乳 油揚げ ●もやし ヨウ 玉葱 祥 ほうれん草 人参 トト りんご 椎茸 他3種			
27	水	ご飯 油淋鶏 もやしと小松菜のかき 海老と卵の炒め物 中華風コーンスープ ホルツ	午前 あられ 午後 ジャコのお好み焼	●米 片栗粉 小麦粉 油 ごま油 胡麻 長芋 ●鶏 ピー 卵 しらす 牛乳 ●ソニク 生姜 祥 小松菜 もやし 人参 玉葱 バジル 木耳 コーン 祥 他3種			
		ご飯 鮭の紅葉焼き 豆苗のり和え 鶏肉と蓮根の炒り煮 長芋の味噌汁 バナナ	午前 ボーグ 午後 かりんとう	●米 ヨネズ 油 ヨネズ 長芋 ●鮭 海苔 鶏 油揚げ 味噌 牛乳 ●人参 祥 豆苗 もやし 小松菜 蓮根 グリルピース 玉葱 バナナ			
29	金	ツナソド ブルーバーグ カツ さいころサラダ 魔女のスープ 柿	午前 かりんとう 午後 南瓜のモッツアラ	●パン ヨネズ 油 ジャガ芋 紅芋 コーンフレーク メープルシロップ 生クリーム ●ツナ 牛 チーズ 牛乳 ●胡瓜 トト イリゴン 玉葱 ソニク 人参 みかん缶 キャベツ 柿 南瓜			
		トマトのヤード サンマのカマサラダ えのきと卵のスープ みかん缶	午前 おこし 午後 雪の宿	●うどん ごま油 春雨 ヨネズ ●豚 味噌 カツ 卵 牛乳 ●生姜 ソニク 祥 玉葱 トト グリルピース 胡瓜 コーン イキ みかん缶			

※午前のおやつ（0. 1. 2歳のみ）変更する場合があります。

ゆりかご クーラ お誕生日会です。

立案者：三渡 彩子

令和 3年度

10月

離乳食 予定献立表

六甲ゆりかごこども園・クーラ

日	曜日	ごはん	おやつ	材料	
1	金	ご粥 お汁 白身魚と野菜の煮物	午前 ボーコ 午後 赤ちゃんせんべい	米 白身魚 人参 南瓜 玉葱	
2	土	スープパスタ 鶏肉と野菜の煮物	午前 ピスケット 午後 ボーコ	パスタ 鶏肉 ジャガイモ 玉葱 トマト	
4	月	ご粥 お汁 鮭と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい 午後 ピスケット	米 鮭 人参 キャベツ 大根	
5	火	パン お汁 鶏肉と野菜の煮物	午前 ボーコ 午後 赤ちゃんせんべい	パン 鶏肉 玉葱 人参 ジャガイモ	
6	水	ご粥 お汁 白身魚と野菜の煮物	午前 ピスケット 午後 ボーコ	米 白身魚 玉葱 人参 ブロッコリー	
7	木	煮込みうどん ささみと野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい 午後 ピスケット	うどん ささみ 人参 南瓜 白菜	
8	金	ご粥 お汁 鶏団子と野菜の煮物	午前 ボーコ 午後 赤ちゃんせんべい	米 鶏ミンチ キャベツ 人参 ジャガイモ	
9	土	 運動会			
11	月	ご粥 お汁 鮭と野菜の煮物	午前 ピスケット 午後 ボーコ	米 鮭 人参 玉葱 白菜	
12	火	煮込みうどん ささみと野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい 午後 ピスケット	うどん ささみ 玉葱 人参 南瓜	
13	水	ご粥 お汁 鶏団子と野菜の煮物	午前 ボーコ 午後 赤ちゃんせんべい	お米 鶏ミンチ 人参 玉葱 さつま芋	
14	木	パン スープ 鶏肉と野菜の煮物	午前 ピスケット 午後 ボーコ	パン 鶏肉 ジャガイモ 人参 キャベツ	
15	金	ご粥 お汁 鶏団子と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい 午後 ピスケット	米 鶏ミンチ 大根 南瓜 人参	
16	土	煮込みうどん 豚肉と野菜の煮物	午前 ボーコ 午後 赤ちゃんせんべい	うどん 豚肉 玉葱 キャベツ 人参	
18	月	ご粥 お汁 白身魚と野菜の煮物	午前 ピスケット 午後 ボーコ	米 白身魚 人参 ジャガイモ ブロッコリー	
19	火	煮込みうどん 鮭と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい 午後 ピスケット	うどん 鮭 人参 キャベツ 玉葱	
20	水	ご粥 お汁 鶏肉と野菜の煮物	午前 ボーコ 午後 赤ちゃんせんべい	米 鶏肉 玉葱 人参 白菜	
21	木	パン スープ 鮭と野菜の煮物	午前 ピスケット 午後 ボーコ	パン 鮭 大根 ブロッコリー ジャガイモ	
22	金	ご粥 お汁 ささみと野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい 午後 ピスケット	米 ささみ 人参 大根 南瓜	
23	土	煮込みうどん 豚肉と野菜の煮物	午前 ボーコ 午後 赤ちゃんせんべい	うどん 豚 人参 トマト 大根	
25	月	ご粥 お汁 鶏肉と野菜の煮物	午前 ピスケット 午後 ボーコ	米 鶏肉 キャベツ 人参 さつま芋	
26	火	煮込みうどん 白身魚と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい 午後 ピスケット	うどん 白身魚 玉葱 人参 トマト	
27	水	ご粥 お汁 鶏肉と野菜の煮物	午前 ボーコ 午後 赤ちゃんせんべい	米 鶏肉 人参 玉葱 キャベツ	
28	木	ご粥 お汁 鮭と野菜の煮物	午前 ピスケット 午後 ボーコ	米 鮭 人参 玉葱 さつま芋	
29	金	パン スープ ささみと野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい 午後 ピスケット	パン ささみ ジャガイモ 人参 南瓜	
30	土	煮込みうどん 豚肉と野菜の煮物	午前 ボーコ 午後 赤ちゃんせんべい	うどん 豚肉 玉葱 トマト 大根	

※午前のおやつは変更する場合があります。

ゆりかご クーラ

お誕生日会です。

立案者：三渡 彩子