

令和6年度 10月		献立予定表		六甲ゆりかご子ども園・クーラ	
日	曜日	おひる	おやつ(牛乳)	主な材料	カや熱になる 血や肉になる
1	火	ミルクロール おからハンバーグ レタスサラダ 切干大根の炒め物 オニオンスープ りんご	午前 おこし 午後豆腐みたらし団子	●ロールパン パン粉 白玉粉 他5種 ●おから 合いびき肉 牛乳 豆腐 他3種 ●玉ねぎ レタス サニーレタス 胡瓜 ミニトマト 黄ピーマン 人参 他3種	
2	水	ご飯 鯖の照り焼き 大豆の甘辛煮 パナナ キャベツのおかか和え 大根の味噌汁	午前 ビスケット 午後ブレンクッキー	●米 こんにゃく 砂糖 バター 薄力粉 ●鯖 かつお節 大豆 竹輪 他3種 ●キャベツ ほうれん草 人参 さやいんげん 大根 白ネギ パナナ	
3	木	醤油ラーメン かにかま入り卵焼き かぶと胡瓜の中華和え 梨	午前 ポーロ 午後炊き込みご飯	●中華麺 ごま油 砂糖 米 サラダ油 ●焼き豚 なたと 卵 かにかま 他3種 ●もやし ニラ 玉ねぎ 筍 椎茸 かぶ 胡瓜 人参 梨	
4	金	ご飯 豚肉の胡麻醤油炒め しらす和え しめじのさっと煮 わかめの味噌汁 オレンジ	午前 あられ 午後バナナブレッド	●米 ごま ごま油 砂糖 薄力粉 バター ●豚肉 しらす 厚揚げ 他5種 ●玉ねぎ 人参 ニラ 白ネギ にんにく 生姜 白菜 胡瓜 しめじ 他3種	
5	土	きのこことツナのトマトパスタ 南瓜サラダ ウィンナースープ みかん缶	午前 おこし 午後ビスコ	●スパゲッティ カシューナッツ マヨネーズ ●ツナ缶 ウィンナー 牛乳 ●にんにく しめじ えのき 玉ねぎ トマト缶 南瓜 ブロッコリー 他5種	
7	月	ご飯 豆腐入り松風焼き かぶの香りお粥 根菜のキンピラ 麩のすまし汁 パナナ	午前 ビスケット 午後一口ドーナツ	●米 パン粉 こんにゃく ごま HM 他2種 ●豆腐 鶏肉 みそ 他5種 ●白ネギ かぶ ほうれん草 ゆず れんこん 人参 ごぼう 大根 三つ葉 玉ねぎ	
8	火	2色丼 鮭の塩麹焼き りんご ブロッコリーのおかか和え 白菜の味噌汁	午前 あられ 午後ヨーグルト蒸しパン	●米 こんにゃく 麩 HM 他3種 ●鶏肉 卵 みそ ヨーグルト 牛乳 ●生姜 胃人参 小松菜 白菜 白ネギ りんご	
9	水	きつねうどん 竹輪の磯辺揚げ 野菜の胡麻和え オレンジ	午前 おこし 午後シーチキンご飯	●うどん 砂糖 薄力粉 揚げ油 他2種 ●豚肉 油揚げ かまぼこ 竹輪 他3種 ●葉ネギ とうもろこし キャベツ 人参 オレンジ	
10	木	ご飯 太刀魚のかば焼き 白和え 南瓜のひじき煮 なめこのすまし汁 パナナ	午前 ビスケット 午後 麩のラスク	●米 薄力粉 こんにゃく 麩 他3種 ●太刀魚 厚揚げ みそ ひじき 牛乳 ●人参 ほうれん草 椎茸 瓜 なめこ えのき 玉ねぎ 南瓜 パナナ	
11	金	ツナ卵サンド タンドリーチキン 梨 シーフードサラダ キャベツスープ	午前 ポーロ 午後フルーツゼリー	●食パン マヨネーズ ●卵 ツナ缶 鶏肉 ヨーグルト えび イカ 他3種 ●生姜 にんにく 玉ねぎ レモン レタス 胡瓜 ミニトマト 梨 りんご 他3種	
15	火	ご飯 炒り豆腐 菜種和え かぶの味噌汁 じゃが芋の煮ころがし パナナ	午前 あられ 午後 人参ケーキ	●米 サラダ油 じゃが芋 薄力粉 バター ●豆腐 卵 かつお節 みそ 牛乳 ●人参 椎茸 グリーンピース 小松菜 キャベツ もやし かぶ ねぎ 他2種	
16	水	鮭の混ぜ寿司 鶏肉のからあげ かきたま汁 胡瓜の中華和え みかんゼリー	午前 おこし 午後メロンパンクッキー	●米 片栗粉 ごま油 ごま HM ●鮭 鶏肉 卵 寒天 牛乳 ●にんにく 生姜 胡瓜 三つ葉 玉ねぎ 人参 オレンジジュース みかん缶	
17	木	紅芋パンズ 白身魚のマヨネーズ焼き 柿 海藻サラダ マカロニソテー 人参スープ	午前 ビスケット 午後 五平餅	●ロールパン マカロニ 他4種 ●メルルーサ わかめ ひじき ハム 他2種 ●玉ねぎ 椎茸 人参 パセリ レタス 胡瓜 きくらげ キャベツ コーン 柿	
18	金	麻婆ラーメン 中華風卵焼き 小松菜ののりお粥 オレンジ	午前 ポーロ 午後ゆかりおにぎり	●中華麺 砂糖 こんにゃく 他3種 ●豚肉 みそ 豆腐 卵 のり 牛乳 ●にんにく 人参 生姜 ねぎ 玉ねぎ 筍 きくらげ 小松菜 オレンジ 他2種	
19	土	ミートスパゲッティ 人参ドレッシングサラダ カリフラワースープ パナナ	午前 あられ 午後ぼたぼた焼き	●スパゲッティ 砂糖 ごま油 ●合いびき肉 わかめ 牛乳 ●人参 玉ねぎ トマト缶 人参 レタス サニーレタス ブロッコリー 他5種	
21	月	ご飯 鱈のネギあんかけ 白菜おかか和え たらこ炒め たまねぎのすまし汁 パナナ	午前 おこし 午後南瓜スコーン	●米 砂糖 片栗粉 しらたき 他2種 ●鱈 かつお節 たらこ 卵 牛乳 ●ねぎ 白菜 ほうれん草 人参 玉ねぎ 三つ葉 パナナ レーズン 南瓜	
22	火	ポテサラサンド キャベツの味噌炒め 千切りサラダ 根菜スープ りんご	午前 ビスケット 午後 芋もち	●食パン じゃが芋 もち米 さつま芋 他3種 ●ツナ缶 豚肉 きな粉 他3種 ●胡瓜 コーン 人参 キャベツ 玉ねぎ パプリカ ミニトマト ごぼう 他2種	
23	水	南瓜のほうとううどん 豆苗ののりお粥 はんぺん入り卵焼き 梨	午前 ポーロ 午後焼きおにぎり	●うどん 米 ごま ●豚肉 みそ 卵 はんぺん のり しらす 牛乳 ●玉ねぎ 南瓜 人参 ごぼう 三つ葉 ねぎ 豆苗 もやし 小松菜 梨	
24	木	ご飯 鶏肉韓国風ロースト 納豆和え 高野豆腐の含め煮 油揚げ味噌汁 オレンジ	午前 あられ 午後レーズンブレッド	●米 砂糖 ごま油 こんにゃく 他2種 ●鶏肉 納豆 のり 高野豆腐 他4種 ●にんにく 小松菜 玉ねぎ キャベツ 人参 椎茸 大根 ねぎ オレンジ 他2種	
25	金	ご飯 鱈の田楽 ささみの胡麻和え 粉ふきさつま芋 大根のすまし汁 柿	午前 おこし 午後コンフレーク	●米 ごま さつま芋 コンフレーク ●鱈 ささみ 牛乳 ●白菜 ほうれん草 胡瓜 大根 三つ葉 えのき 人参 柿	
26	土	焼きそば ちくぎゅう じゃが芋の味噌汁 パイン缶	午前 ビスケット 午後 源氏パイ	●中華麺 じゃが芋 ●豚肉 えび 竹輪 油揚げ みそ 牛乳 ●キャベツ 玉ねぎ ピーマン 胡瓜 三つ葉 パイン缶	
28	月	ご飯 鯖のきじ焼き 三色なます オレンジ 小松菜と竹輪の炒め物 豆腐の味噌汁	午前 ポーロ 午後フルーツポンチ	●米 ごま 砂糖 ●鯖 竹輪 豆腐 わかめ みそ 牛乳 ●生姜 大根 人参 胡瓜 小松菜 玉ねぎ ねぎ 柿 みかん缶 りんご 他3種	
29	火	レーズンパン ポークビーンズ コーンソテー コンフレークサラダ コンソメスープ 柿	午前 あられ 午後じゃこおにぎり	●ロールパン コンフレーク 米 他2種 ●豚肉 大豆 ベーコン しらす 他3種 ●玉ねぎ 人参 にんにく 胡瓜 ミニトマト レタス りんご パナナ 他3種	
30	水	ポークカレー トマトサラダ キャベツとツナのオムレツ 梨	午前 おこし 午後ハロウィンクッキー	●米 じゃが芋 砂糖 サラダ油 HM ●豚肉 卵 牛乳 ツナ缶 ●玉ねぎ 人参 キャベツ トマト 胡瓜 ほうれん草 梨	

※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: 三國 華

令和6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	火	パン粥 スープ ささみと野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ポーロ	パン ささみ 玉ねぎ 人参 南瓜
2	水	お粥 お汁 白身魚と野菜の煮物	午前 ビスケット	午後 赤ちゃんせんべい	ご飯 白身魚 キャベツ 大根 人参
3	木	煮込みラーメン 鶏肉と野菜の煮物	午前 ポーロ	午後 ビスケット	中華麺 鶏肉 人参 大根 ブロッコリー
4	金	お粥 お汁 鮭と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ポーロ	ご飯 鮭 玉ねぎ 人参 南瓜
5	土	スープパスタ ささみと野菜の煮物	午前 ビスケット	午後 赤ちゃんせんべい	スパゲッティ ささみ 人参 大根 ブロッコリー
7	月	お粥 お汁 カレーと野菜の煮物	午前 ポーロ	午後 ビスケット	ご飯 カレイ キャベツ 人参 南瓜
8	火	お粥 お汁 鮭と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ポーロ	ご飯 鮭 じゃが芋 人参 玉ねぎ
9	水	煮込みうどん 鶏肉と野菜の煮物	午前 ビスケット	午後 赤ちゃんせんべい	うどん 鶏肉 人参 さつま芋 玉ねぎ
10	木	お粥 お汁 白身魚と野菜の煮物	午前 ポーロ	午後 ビスケット	ご飯 白身魚 人参 大根 ブロッコリー
11	金	パン粥 スープ ささみと野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ポーロ	パン ささみ 人参 玉ねぎ 南瓜
15	火	お粥 お汁 鮭と野菜の煮物	午前 ビスケット	午後 赤ちゃんせんべい	ご飯 鮭 人参 大根 さつま芋
16	水	お粥 お汁 鶏肉と野菜の煮物	午前 ポーロ	午後 ビスケット	ご飯 鶏肉 玉ねぎ 人参 ブロッコリー
17	木	パン粥 スープ 白身魚と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ポーロ	パン 白身魚 大根 南瓜 人参
18	金	煮込みラーメン ささみと野菜の煮物	午前 ビスケット	午後 赤ちゃんせんべい	中華麺 ささみ さつま芋 人参 大根
19	土	スープパスタ カレーと野菜の煮物	午前 ポーロ	午後 ビスケット	スパゲッティ カレイ 人参 キャベツ 南瓜
21	月	お粥 お汁 鮭と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ポーロ	ご飯 鮭 人参 キャベツ 玉ねぎ
22	火	パン粥 スープ 豚肉と野菜の煮物	午前 ビスケット	午後 赤ちゃんせんべい	ご飯 豚肉 ブロッコリー 大根 人参
23	水	煮込みうどん 白身魚と野菜の煮物	午前 ポーロ	午後 ビスケット	うどん 白身魚 玉ねぎ 人参 さつま芋
24	木	お粥 お汁 鶏肉と野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ポーロ	ご飯 鶏肉 さつま芋 玉ねぎ 人参
25	金	お粥 お汁 鮭と野菜の煮物	午前 ビスケット	午後 赤ちゃんせんべい	ご飯 鮭 南瓜 大根 ブロッコリー
26	土	煮込みうどん ささみと野菜の煮物	午前 ポーロ	午後 ビスケット	うどん ささみ さつま芋 玉ねぎ 人参
28	月	お粥 お汁 カレーと野菜の煮物	午前 赤ちゃんせんべい	午後 ポーロ	ご飯 カレイ さつま芋 人参 ブロッコリー
29	火	パン粥 スープ 鶏肉と野菜の煮物	午前 ビスケット	午後 赤ちゃんせんべい	パン 鶏肉 人参 玉ねぎ 南瓜
30	水	お粥 お汁 白身魚と野菜の煮物	午前 ポーロ	午後 ビスケット	ご飯 白身魚 人参 玉ねぎ 南瓜

※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：三國 華奈