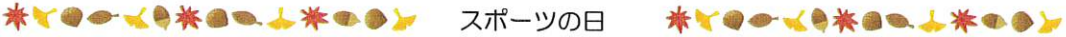




第2さつき認定こども園

日	曜日	昼	おやつ	血や肉、骨をつくる(あか)	力や熱となる(きいろ)	体の調子をととのえる(みどり)
1	水	タコライス、たまごちゃんぶるー、わかめスープ、青切りみかん	シークワサーゼリー、せんべい	牛ひき肉、レバー(ミンチ)、沖縄豆腐、花かつお、削り節	押麦、油、白いりごま	にんにく、たまねぎ、人参、レタス、トマト、キャベツ、ネギ、カットワカメ、長ネギ
2	木	ご飯、鮭のマリネ、きんぴらごぼう、冬瓜のみそ汁、バナナ	ひらやーちー、牛乳	鮭、豚小間、削り節、みそ	小麦粉、揚げ油、三温糖、油、すりごま白	たまねぎ、人参、ごぼう、パクチョイ、とうがん、バナナ
3	金	麦ごはん、鶏肉の照り焼き、人参しりしー、もずくのみそ汁	わかめおにぎり、牛乳	鶏もも肉、卵、絹ごし豆腐、削り節、みそ	押麦、三温糖、小麦粉、油	人参、もずく、ネギ
4	土	豚丼、ほうれん草の白和え、大根のみそ汁	Caせんべい、牛乳	豚肉もも、削り節、木綿豆腐、みそ、ツナ水煮缶	油、小麦粉、三温糖、マヨドレ、すりごま白	たまねぎ、人参、いんげん、ほうれん草、大根、まいだけ
6	月	ご飯、ひきわり納豆、なすと豚肉のしょうが焼き、いんげんとうもろこし、鶏ごぼう汁	ゆかりおにぎり、牛乳	挽きわり納豆、花かつお、豚肉もも、鶏もも肉、厚揚げ、削り節、みそ	油、三温糖、すりごま白	なす、たまねぎ、しょうが、いんげん、人参、ごぼう、長ネギ
7	火	炊きこみごはん、肉豆腐、小松菜と人参のおかかえ、じゃがいものみそ汁	かぼちゃの包み揚げ、牛乳	ツナ水煮缶、沖縄豆腐、豚肉もも、花かつお、削り節、みそ	三温糖、油、じゃがいも	えのき、しめじ、(冷)グリーンピース、長ネギ、人参、キャベツ、小松菜、カットワカメ、ネギ
8	水	あわごはん、鶏肉のマーマレード煮、さつま芋のごまサラダ、ポトフ、バナナ	ふりかけおにぎり、牛乳	鶏もも肉、ウインナーソーセージ(卵・乳不使用)	もちきび、マーマレード、さつまいも、白いりごま、マヨドレ、じゃがいも	いんげん、たまねぎ、キャベツ、人参、ブロッコリー、バナナ
9	木	運動会	アンパンマンジュース			
10	金	麦ごはん、チキンのトマト煮、パパイア炒め、野菜スープ、みかん	0.1.2歳児ジャムパン、牛乳 3.4.5歳児チョコパン、牛乳	鶏もも肉、ツナ水煮缶、ベーコン(卵・乳不使用)	押麦、オリーブ油、三温糖、油	たまねぎ、ホールトマト缶、にんにく、パパイア、人参、ネギ、ブロッコリー、えのき
11	土	五目うどん、オクラとひじきのごま和え	13時降園	豚肉もも、油揚げ	ゆでうどん、白いりごま、ごま油	キャベツ、小松菜、たまねぎ、人参、オクラ、(乾)ひじき
13	月	 スポーツの日				
14	火	ご飯、ひきわり納豆、なすと豚肉のしょうが焼き、いんげんとうもろこし、鶏ごぼう汁	ゆかりおにぎり、牛乳	挽きわり納豆、花かつお、豚肉もも、鶏もも肉、厚揚げ、削り節、みそ	油、三温糖、すりごま白	なす、たまねぎ、しょうが、いんげん、人参、ごぼう、長ネギ
15	水	ご飯、魚のからあげ甘酢あんかけ、ポテトサラダ、ナスのみそ汁	スイートポテト、牛乳	白身魚、ハム(卵・乳不使用)、厚揚げ、削り節、みそ	片栗粉、揚げ油、三温糖、じゃがいも、マヨドレ	人参、きゅうり、なす、長ネギ
16	木	胚芽米雑穀ごはん、チキンケチャップ煮、切り干し大根のサラダ、なめこ汁、みかん	鶏おこわおにぎり、牛乳	鶏もも肉、削り節、みそ	押麦、もちきび、油、三温糖、ごま油、すりごま白	たまねぎ、にんにく、切干しいんご、きゅうり、人参、なめこ、小松菜、みかん
17	金	沖縄そば、ほうれん草の白和え、りんご	お好み焼き、牛乳	豚バラ肉、卵、木綿豆腐、ツナ水煮缶	沖縄そば、三温糖、油、マヨドレ、すりごま白	しょうが、ネギ、ほうれんそう、りんご
18	土	きのこカレー、グリーンサラダ	アンパンマンせんべい、牛乳	豚ひき肉、しらす干し	じゃがいも、油、ごま油、ごまいり	にんにく、たまねぎ、人参、まいだけ、えのき、しめじ、生しいだけ、りんご、レタス、きゅうり、トマト
20	月	麦ごはん、八宝菜、シューマイ、わかめスープ	アメリカンドッグ、牛乳	豚肉もも、豚ひき肉、削り節	押麦、片栗粉、油、三温糖、ごま油、グリーンピース、ぎょうざの皮、白いりごま	白菜人参ピーマン、黄パプリカ、(乾)しいたけ、にんにく、生姜、玉葱、カットワカメ、長ネギ
21	火	ご飯、さばの梅干し煮、筑前煮、もやしのみそ汁	黒糖くずもち、牛乳	さば、鶏もも肉、削り節、みそ	三温糖、粉黒糖、油	梅干し、(冷)さといも、人参、ごぼう、大根、いんげん、もやし、しめじ、バナナ
22	水	ご飯、ひきわり納豆、なすと豚肉のしょうが焼き、いんげんとうもろこし、鶏ごぼう汁	ゆかりおにぎり、牛乳	挽きわり納豆、花かつお、豚肉もも、鶏もも肉、厚揚げ、削り節、みそ	油、三温糖、すりごま白	なす、たまねぎ、しょうが、いんげん、人参、ごぼう、長ネギ
23	木	ご飯、白身魚のピカタ、春雨ソテー、アーサ汁、フルーツヨーグルト	黒糖アガラサー、牛乳	白身魚、卵、粉チーズ、木綿豆腐、削り節、ヨーグルト	小麦粉、食塩不使用バター、はるさめ、油、三温糖、白いりごま	(乾)しいたけ、たまねぎ、人参、小松菜、にんにく、おおさ、バナナ、みかん、バナナ
24	金	あわごはん、鶏肉のマーマレード煮、さつま芋のごまサラダ、ポトフ、バナナ	ふりかけおにぎり、牛乳	鶏もも肉、ウインナーソーセージ(卵・乳不使用)	もちきび、マーマレード、さつまいも、白いりごま、マヨドレ、じゃがいも	いんげん、たまねぎ、キャベツ、人参、ブロッコリー、バナナ
25	土	やわらかチキン丼、きんぴらごぼう、冬瓜のみそ汁	せんべい、牛乳	鶏もも皮なし、厚揚げ、削り節、みそ	酒、三温糖、油	しょうが、たまねぎ、赤パプリカ、ピーマン、ごぼう、人参、ハクチョイ、とうがん
27	月	胚芽米雑穀ごはん、豆腐のあんかけ、なすとピーマンの味噌炒め、野菜のみそ汁	人参ホットケーキ、牛乳	沖縄豆腐、豚肩ロース、赤みそ、削り節	押麦、もちきび、油、三温糖	たまねぎ、人参、キャベツ、なす、ピーマン、ネギ
28	火	ご飯(強化米)、揚げ団子の甘辛和え、大根のきんぴら、春雨スープ	おかかおにぎり、牛乳	豚ひき肉	強化米新玄、小麦粉、揚げ油、三温糖、片栗粉、油、白いりごま、はるさめ、普通はるさめ、乾、ごま油	たまねぎ、人参、大根、ピーマン、チンゲンサイ、生しいたけ
29	水	ロールパン、きのこのキッシュ、ウインナーソーセージ、ごぼうサラダ、コンスーゴ	♡お誕生日会♡ お誕生日ケーキ、ジョア	ハム(卵・乳不使用)、ウインナーソーセージ(卵・乳不使用)、卵、牛乳、ツナ水煮缶、無塩数豆乳	ロールパン 30g、じゃがいも、油、マヨドレ、すりごま白、片栗粉	しめじ、たまねぎ、ごぼう、人参、コーン缶、きゅうり
30	木	ご飯、鮭のマリネ、きんぴらごぼう、冬瓜のみそ汁、バナナ	ひらやーちー、牛乳	鮭、豚小間、削り節、みそ	小麦粉、揚げ油、三温糖、油、すりごま白	たまねぎ、人参、ごぼう、パクチョイ、とうがん、バナナ
31	金	ご飯、パンパンカレー、コールスローサラダ、野菜のマカロニスープ	♡ハロウィン♡ ハロウィンクッキー、牛乳	豚肉、みそ、削り節	胚芽米、押麦、油、マヨドレ、三温糖、ごま油、すりごま白	たまねぎ、かぼちゃ、人参、キャベツ、にんにく、ホールコーン缶、ほうれんそう

*献立は都合により変更することがあります

*毎月第2木曜日はお弁当会です。愛情いっぱいのお弁当よろしくお願いします。



10月離乳食献立表（中期・後期）



2025年

第2さつき認定こども園

日	曜日	昼	おやつ	血や肉、骨をつくる（あか）	力や熱となる（きいろ）	体の調子をととのえる（みどり）
1	水	5〜7分粥，豆腐と野菜のやわらか煮，わかめスープ，青切りみかん	レバーとキャベツのおじや	沖縄豆腐	5〜7分粥，	たまねぎ，人参，トマト ，カットワカメ，長ネギ
2	木	5〜7分粥，鮭の野菜あんかけ，冬瓜のみそ汁，バナナ	ツナと野菜のおじや	鮭，みそ	5〜7分粥，片栗粉	たまねぎ，人参，バクチョイ，とうがん，バナナ
3	金	5〜7分粥，ささみと人参のやわらか煮，もずくのみそ汁	磯風味粥	鶏ささ身（挽肉），絹ごし豆腐，みそ	5〜7分粥，片栗粉	人参，もずく
4	土	ひき肉と野菜のあんかけ丼，大根のみそ汁	かぼちゃ粥	鶏ひき肉 ，みそ	5〜7分粥，片栗粉	たまねぎ，人参，いんげん ，大根，まいたけ
6	月	5〜7分粥，ささみと野菜のやわらか煮，こぼう汁	野菜のおじや	鶏ささみ，厚揚げ，みそ	5〜7分粥，片栗粉	なす，たまねぎ，こぼう，長ネギ
7	火	5〜7分粥，豆腐と野菜のやわらか煮，じゃがいものみそ汁	おかかとかぼちゃ粥	沖縄豆腐，みそ	5〜7分粥，片栗粉，じゃがいも	長ネギ，人参，キャベツ ，カットワカメ
8	水	5〜7分粥，鶏むね肉とさつま芋の豆乳煮，キャベツスープ，バナナ	しらす粥	鶏むね，無調整豆乳	5〜7分粥，さつまいも ，片栗粉	たまねぎ，キャベツ ，人参，バナナ
9	木	運動会	磯風味粥			
10	金	5〜7分粥，ささみと玉ねぎのトマト煮，野菜スープ，みかん	ツナと人参のおじや	鶏ささみ	5〜7分粥，片栗粉	たまねぎ，ホールトマト缶 ，ブロッコリー ，えのき
11	土	五目うどん	野菜のおじや	鶏ささ身（挽肉）	ゆでうどん	キャベツ ，小松菜，たまねぎ，人参
13	月	スポーツの日				
14	火	5〜7分粥，ささみと野菜のやわらか煮，こぼう汁	野菜のおじや	鶏ささみ，厚揚げ，みそ	5〜7分粥，片栗粉	なす，たまねぎ，こぼう，長ネギ
15	水	5〜7分粥，白身魚と野菜のあん煮，ナスのみそ汁	芋粥	白身魚，厚揚げ，みそ	5〜7分粥，じゃがいも ，片栗粉	人参，なす，長ネギ
16	木	5〜7分粥，ささみと野菜のやわらか煮，なめこ汁，みかん	野菜のおじや	鶏ささみ，みそ	5〜7分粥，片栗粉	たまねぎ，人参，なめこ ，小松菜
17	金	5〜7分粥，豆腐とほうれん草のやわらか煮，ソーメン汁	ツナとかぼちゃのおじや	木綿豆腐	5〜7分粥，そうめん	ほうれんそう
18	土	5〜7分粥，ひき肉と野菜のやわらか煮，野菜のスープ	人参とじゃがいものおじや	豚ひき肉	5〜7分粥，じゃがいも ，片栗粉	たまねぎ，人参，えのき，レタス ，しめじ
20	月	5〜7分粥，ひき肉と白菜のあん煮，わかめスープ	人参と玉葱のおじや	豚ひき肉	5〜7分粥，片栗粉	白菜，ピーマン ，黄パプリカ，カットワカメ，長ネギ
21	火	5〜7分粥，白身魚と大根のやわらか煮，かぼちゃのみそ汁，バナナ	しらすと野菜のおじや	白身魚，みそ	5〜7分粥，片栗粉	大根，（冷）さといも，かぼちゃ ，しめじ ，バナナ
22	水	5〜7分粥，ささみと野菜のやわらか煮，こぼう汁	野菜のおじや	鶏ささみ，厚揚げ，みそ	5〜7分粥，片栗粉	なす，たまねぎ，こぼう，長ネギ
23	木	5〜7分粥，白身魚と小松菜のやわらか煮，アーサ汁，バナナヨーグルト	磯風味粥	白身魚，木綿豆腐 ，ヨーグルト	5〜7分粥，片栗粉	小松菜，たまねぎ，あおさ，バナナ
24	金	5〜7分粥，ささみとさつま芋のやわらか煮，具たくさんスープ，バナナ	ブロッコリーといんげんの おじや	鶏ささみ	5〜7分粥，さつまいも ，片栗粉，じゃがいも	たまねぎ，キャベツ ，人参，ブロッコリー ，バナナ
25	土	チキンと野菜のあんかけ丼，冬瓜のみそ汁	玉葱と人参のおじや	鶏ささ身（挽肉），厚揚げ，みそ	5〜7分粥，片栗粉	たまねぎ，赤パプリカ，ピーマン ，バクチョイ ，とうがん
27	月	5〜7分粥，豆腐のあんかけ，ソーメン汁	なすと人参の豆乳おじや	沖縄豆腐，削り節	5〜7分粥，片栗粉，そうめん	たまねぎ，人参，ピーマン
28	火	5〜7分粥，ひき肉と野菜のやわらか煮，春雨スープ	おかかと大根のおじや	鶏ささ身（挽肉）	5〜7分粥，片栗粉，はるさめ 普通はるさめ 乾	たまねぎ，人参，ピーマン ，チンゲンサイ
29	水	5〜7分粥，ツナと野菜のやわらか煮，豆乳コーンスープ	野菜のおじや	ツナ水煮缶 ，無調整豆乳	5〜7分粥，じゃがいも	しめじ ،たまねぎ，クリームコーン缶，コーン缶
30	木	5〜7分粥，豆腐のひき肉あんかけ，とうがんスープ	ひき肉と野菜のおじや	木綿豆腐 ，鶏ひき肉	5〜7分粥，片栗粉	（乾） ひじき，たまねぎ，とうが ん
31	金	7〜5分粥，ささみとかぼちゃのやわらか煮，野菜のマカロニスープ，バナナ	キャベツとコーンの豆乳おじや	鶏ささみ	5〜7分粥，片栗粉，マカロニ	かぼちゃ ，ほうれんそう，人 参，たまねぎ

*献立は都合により変更することがあります。

*基本的には中期→だし汁、後期→だし汁と醤油で味付けをしています。

