

令和4年

10月の献立表（後期）

吹田市立保育園

はぎのきこども園

いずみ小規模園

日	朝のおやつ	離乳食	使用食品					おやつ
1 土	お菓子	煮こみうどん 煮つけ	うどん 太もやし 南瓜	豚肉 だし昆布 三温糖	キャベツ 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ	たまねぎ 人参		りんごの重ね煮 りんご さつまいも 白ざとう
3 月	お子様せんべい	かゆ又は軟飯 照焼 三色あえ 清汁	精白米 鶏もも肉 太もやし おつゆふ	三温糖 ほうれん草 たまねぎ	濃口しょうゆ 人参 けずり節	油 濃口しょうゆ 薄口しょうゆ	白ざとう	じゃがいも餅 じゃがいも 片栗粉 塩 油 梨
4 火	ルヴァンクラシカル	かゆ又は軟飯 鮭の塩焼 お浸し みそ汁	精白米 生さけ 青梗菜 さつまいも	塩 人参 たまねぎ	濃口しょうゆ みそ	けずり節		りんごジャム りんご 白ざとう 食パン
5 水	りんご	かゆ又は軟飯 すきやき風煮 お浸し 納豆汁	精白米 鶏肉 三温糖 ブロッコリー 納豆	白菜 濃口しょうゆ 濃口しょうゆ みそ	たまねぎ 人参 油	おつゆふ		グレープゼリー グレープジュース100% 寒天（粉末） 白ざとう 水 ベビーせんべい
6 木	ハイハイン（野菜）	かゆ又は軟飯 豚肉と野菜のみそ煮 お浸し ピーフン汁	精白米 豚肉 三温糖 白菜 ピーフン	なす 濃口しょうゆ 濃口しょうゆ たまねぎ	たまねぎ 人参 けずり節	みそ 薄口しょうゆ		ベークドポテト じゃがいも 油
7 金	マンナ	かゆ又は軟飯 白身魚のから揚げ 煮びたし 野菜スープ	精白米 キングフィレ 小松菜 たまねぎ	濃口しょうゆ 人参 太もやし	片栗粉 三温糖 人参	油 濃口しょうゆ けずり節 薄口しょうゆ	けずり節	レバーの甘辛煮 鶏レバー 三温糖 濃口しょうゆ りんご
8 土	お菓子	かゆ又は軟飯 豚肉と野菜の煮物 みそ汁	精白米 豚肉 濃口しょうゆ じゃがいも	たまねぎ けずり節 たまねぎ	青梗菜 人参 みそ	三温糖		りんごのコンポート りんご 白ざとう お菓子
11 火	梨	かゆ又は軟飯 米粉のクリームシチュー 煮やっこ お浸し	精白米 鶏肉 バター 豆腐 白菜	じゃがいも 牛乳 だし昆布 きゅうり	たまねぎ 米の粉 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ	人参 塩	油	マカロニあべかわ サラダマカロニ きな粉 白ざとう
12 水	ベビーせんべい	かゆ又は軟飯 豚汁 お浸し 煮つけ	精白米 豚肉 けずり節 ほうれん草 大根	たまねぎ 濃口しょうゆ 三温糖	人参 濃口しょうゆ	里芋 けずり節	みそ	南瓜のから揚げ 南瓜 油
13 木	ハイハイン	かゆ又は軟飯 煮魚 お浸し みそ汁	精白米 からすかだい キャベツ 豆腐	三温糖 人参 たまねぎ	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ みそ	油 濃口しょうゆ けずり節		さつまいもの甘煮 さつまいも 白ざとう
14 金	マンナ	かゆ又は軟飯 肉じゃが お浸し みそ汁	精白米 豚肉 濃口しょうゆ 青梗菜 切干大根	じゃがいも だし昆布 濃口しょうゆ みそ	たまねぎ 油 だし昆布	人参 三温糖		りんごいりホットケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー りんご 白ざとう 油
15 土	お菓子	煮こみうどん 煮つけ	うどん 太もやし 南瓜	豚肉 だし昆布 三温糖	キャベツ 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ	たまねぎ 人参		りんごの重ね煮 りんご さつまいも 白ざとう

令和4年

10月の献立表（後期）

吹田市立保育園

はぎのきこども園

いずみ小規模園

日	朝のおやつ	離乳食	使用食品					おやつ
17月	ハイハイン（野菜）	かゆ又は軟飯 豚肉と野菜のみそ煮 お浸し ビーフン汁	精白米 豚肉 三温糖 白菜 ビーフン	なす 濃口しょうゆ 濃口しょうゆ たまねぎ けずり節	たまねぎ 人参 みそ			ベークドポテト じゃがいも 油
18火	お子様せんべい	かゆ又は軟飯 照焼 お浸し レタスのスープ	精白米 鶏もも肉 きゅうり レタス	三温糖 濃口しょうゆ たまねぎ 人参	濃口しょうゆ 油 人参 けずり節 薄口しょうゆ			バターケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー 白ざとう 卵 油 バター 牛乳
19水	ルヴァンクラシカル	かゆ又は軟飯 鮭の塩焼 お浸し みそ汁	精白米 生さけ 青梗菜 さつまいも	塩 人参 たまねぎ みそ	濃口しょうゆ みそ けずり節			りんごジャム りんご 白ざとう 食パン
20木	りんご	かゆ又は軟飯 すきやき風煮 お浸し 納豆汁	精白米 鶏肉 三温糖 ブロッコリー 納豆	白菜 濃口しょうゆ 油 濃口しょうゆ みそ だし昆布	たまねぎ 人参 おつゆふ			グレープゼリー グレープジュース100% 寒天（粉末） 白ざとう 水 ベビーせんべい
21金	マンナ	かゆ又は軟飯 白身魚のから揚げ 煮びたし 野菜スープ	精白米 キングフィレ 小松菜 たまねぎ	濃口しょうゆ 人参 太もやし 人参	片栗粉 三温糖 人参 油 濃口しょうゆ けずり節 薄口しょうゆ	油 濃口しょうゆ けずり節 薄口しょうゆ		レバーの甘辛煮 鶏レバー 三温糖 濃口しょうゆ りんご
22土	お菓子	かゆ又は軟飯 豚肉と野菜の煮物 みそ汁	精白米 豚肉 濃口しょうゆ じゃがいも	たまねぎ けずり節 たまねぎ みそ	青梗菜 人参 三温糖 けずり節	三温糖		りんごのコンポート りんご 白ざとう お菓子
24月	お子様せんべい	かゆ又は軟飯 照焼 三色あえ 清汁	精白米 鶏もも肉 太もやし おつゆふ	三温糖 ほうれん草 たまねぎ 人参 けずり節	濃口しょうゆ 油 人参 濃口しょうゆ 薄口しょうゆ	濃口しょうゆ 白ざとう 薄口しょうゆ		じゃがいも餅 じゃがいも 片栗粉 塩 油 梨
25火	マンナ	かゆ又は軟飯 肉じゃが お浸し みそ汁	精白米 豚肉 濃口しょうゆ 青梗菜 切干大根	じゃがいも だし昆布 濃口しょうゆ みそ だし昆布	たまねぎ 人参 三温糖	三温糖		りんごいりホットケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー りんご 白ざとう 油
26水	ハイハイン	かゆ又は軟飯 煮魚 お浸し みそ汁	精白米 からすかれい キャベツ 豆腐	三温糖 人参 たまねぎ みそ	濃口しょうゆ 濃口しょうゆ みそ けずり節			さつまいもの甘煮 さつまいも 白ざとう
27木	ベビーせんべい	かゆ又は軟飯 豚汁 お浸し 煮つけ	精白米 豚肉 けずり節 ほうれん草 大根	たまねぎ 人参 濃口しょうゆ 三温糖 濃口しょうゆ	人参 里芋 みそ けずり節			南瓜のから揚げ 南瓜 油
28金	梨	かゆ又は軟飯 米粉のクリームシチュー 煮やっこ お浸し	精白米 鶏肉 バター 豆腐 白菜	じゃがいも 牛乳 だし昆布 きゅうり	たまねぎ 人参 米の粉 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ	油 塩		マカロニあべかわ サラダマカロニ きな粉 白ざとう
29土	お菓子	煮こみうどん 太もやし 煮つけ	うどん 太もやし 南瓜	豚肉 だし昆布 三温糖	キャベツ 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ だし昆布	たまねぎ 人参		りんごの重ね煮 りんご さつまいも 白ざとう
31月	りんご	かゆ又は軟飯 そばろ煮 お浸し みそ汁	精白米 鶏ミンチ けずり節 太もやし じゃがいも	たまねぎ ほうれん草 たまねぎ みそ	人参 三温糖 濃口しょうゆ けずり節	濃口しょうゆ		シュガートースト 食パン 三温糖