

くるみの部屋

10月

予定献立表

2025年
10月1日
りすのき保育園

		午前食 10:00~						午後食 14:00~					
		7・8ヵ月頃 (中期食)		9ヶ月~11ヶ月頃 (後期食)		12月頃~ (完了期食)		7・8ヵ月 (中期食)		9ヶ月~11ヶ月頃 (後期食)		12月頃~ (完了期食)	
1	水	おかゆ 肉さつま すり流し	みそ汁 (青菜・麴) キャベツの のり和え	硬がゆ 肉さつま	みそ汁 (青菜・麴) キャベツの のり和え	軟飯 肉さつま	みそ汁 (青菜・麴) キャベツの のり和え	パンがゆ (スープ)	トマトスープ	パンがゆ (牛乳)	トマトスープ	パン トマトスープ	みそ汁 (青菜・麴) キャベツの のり和え
2 27	木	おかゆ みそハンバーグ すり流し	すまし汁 (豆腐・人参) わかめ のやわらか煮	硬がゆ みそハンバーグ	すまし汁 (豆腐・人参) わかめ のやわらか煮	軟飯 みそハンバーグ	すまし汁 (豆腐・人参) わかめ のやわらか煮	みそ煮込み うどん	(大根・青菜) じゃが芋のきんぴら	みそ煮込み うどん	(大根・青菜) じゃが芋のきんぴら	マカロニきな粉	(大根・青菜) じゃが芋のきんぴら
3 17	金	おかゆ 魚の西京焼き すり流し	みそ汁 (青菜・麴) かぼちゃ煮	硬がゆ 魚の西京焼き	みそ汁 (青菜・麴) かぼちゃ煮	軟飯 魚の西京焼き	みそ汁 (青菜・麴) かぼちゃ煮	豚汁雑炊	(大根・人参)	豚汁雑炊	(大根・人参)	豚汁雑炊	(大根・人参)
4 18	土	洋風うどん キャベツの そぼろ煮 すり流し	(トマト・玉ねぎ) 粉ふき芋	洋風うどん キャベツの そぼろ煮	(トマト・玉ねぎ) 粉ふき芋	洋風うどん キャベツの そぼろ煮	(トマト・玉ねぎ) 粉ふき芋	おかゆ 魚と野菜煮 すり流し	みそ汁 (わかめ・麴) 青菜ソテー	硬がゆ 魚と野菜煮	みそ汁 (わかめ・麴) 青菜ソテー	おにぎり	みそ汁 (わかめ・麴) 青菜ソテー
6 20	月	おかゆ 肉じゃが すり流し	みそ汁 (キャベツ・玉ねぎ) かぶのサラダ	硬がゆ 肉じゃが	みそ汁 (キャベツ・玉ねぎ) かぶのサラダ	軟飯 肉じゃが	みそ汁 (キャベツ・玉ねぎ) かぶのサラダ	パンがゆ (スープ)	じゃが芋スープ	パンがゆ (牛乳)	じゃが芋スープ	蒸しパン	じゃが芋スープ
7 21	火	おかゆ 魚のおろし煮 すり流し	すまし汁 (わかめ・麴) 小松菜お浸し	硬がゆ 魚のおろし煮	すまし汁 (わかめ・麴) 小松菜お浸し	軟飯 魚のおろし煮	すまし汁 (わかめ・麴) 小松菜お浸し	くたくたうどん	(玉ねぎ・人参) じゃが芋そぼろ煮 すり流し	しらすうどん	(玉ねぎ・人参) じゃが芋そぼろ煮	しらすうどん	(玉ねぎ・人参) じゃが芋そぼろ煮
8 31	水	おかゆ ハンバーグ すり流し	みそ汁 (豆腐・青菜) キャベツサラダ	硬がゆ ハンバーグ	みそ汁 (豆腐・青菜) キャベツサラダ	軟飯 メンチカツ	みそ汁 (豆腐・青菜) キャベツサラダ	きのこ雑炊	(玉ねぎ・青菜) さつま芋の甘煮	きのこ雑炊	(玉ねぎ・青菜) さつま芋の甘煮	きのこ雑炊	(玉ねぎ・青菜) さつま芋の甘煮
9 23	木	おかゆ マーボ豆腐	みそ汁 (じゃが芋・あおさ) 大根と青菜煮	硬がゆ マーボ豆腐	みそ汁 (じゃが芋・あおさ) 大根と青菜煮	軟飯 マーボ豆腐	みそ汁 (じゃが芋・あおさ) 大根と青菜煮	くたくたうどん	(トマト・玉ねぎ) 魚の青のり焼 すり流し	洋風うどん	(トマト・玉ねぎ) 魚の青のり焼	洋風うどん	(トマト・玉ねぎ) 魚の青のり焼
10 24	金	おかゆ 魚のみそ煮 すり流し	すまし汁 (豆腐・あおさ) 小松菜のお浸し	硬がゆ 魚のみそ煮	すまし汁 (豆腐・あおさ) 小松菜のお浸し	軟飯 魚のみそ煮	すまし汁 (豆腐・あおさ) 小松菜のお浸し	夕焼け雑炊	(玉ねぎ・人参) 肉団子 すり流し	夕焼け雑炊	(玉ねぎ・人参) 肉団子	夕焼け雑炊	(玉ねぎ・人参) 肉団子
11 25	土	みそ雑炊 肉団子 すり流し	(青菜・玉ねぎ) さつま芋サラダ	みそ雑炊 肉団子	(青菜・玉ねぎ) さつま芋サラダ	みそ雑炊 肉団子	(青菜・玉ねぎ) さつま芋サラダ	パンがゆ (スープ)	二色スープ 青菜ときのこの ソテー	パンがゆ (牛乳)	二色スープ 青菜ときのこの ソテー	蒸しパン	二色スープ 青菜ときのこの ソテー
14 28	火	おかゆ 鶏の松風焼き すり流し	みそ汁 (かぶ・わかめ) ほうれん草の のり和え	硬がゆ 鶏の松風焼き	みそ汁 (かぶ・わかめ) ほうれん草の のり和え	軟飯 鶏の松風焼き	みそ汁 (かぶ・わかめ) ほうれん草の のり和え	けんちん雑炊	(大根・人参) 魚と野菜煮 すり流し	けんちん雑炊	(大根・人参) 魚と野菜煮	けんちん雑炊	(大根・人参) 魚と野菜煮
15 29	水	パン (スープ) 魚のすり流し	みそ汁 (大根・麴) トマトスープ 粉ふき芋	パンがゆ (牛乳) 魚のパン粉焼き	みそ汁 (大根・麴) トマトスープ 粉ふき芋	パン 魚のパン粉焼き	みそ汁 (大根・麴) トマトスープ 粉ふき芋	おかゆ 野菜入り ハンバーグ すり流し	みそ汁 (青菜・玉ねぎ) トマト煮	硬がゆ 野菜入り ハンバーグ	みそ汁 (青菜・玉ねぎ) トマト煮	おにぎり	みそ汁 (青菜・玉ねぎ) トマト煮
16 30	木	おかゆ 豆腐のそぼろ あんかけ	みそ汁 (大根・麴) 青菜の しらす和え	硬がゆ 鶏と大豆の 炒め煮	みそ汁 (大根・麴) 青菜の しらす和え	軟飯 鶏と大豆の 炒め煮	みそ汁 (大根・麴) 青菜の しらす和え	くたくたうどん	(大根・人参) 鮭ハンバーグ すり流し	根菜うどん	(大根・人参) 鮭ハンバーグ	根菜うどん	(大根・人参) 鮭ハンバーグ
22	水	パン (スープ) ハンバーグ すり流し	きゅうりスープ じゃが芋サラダ	パンがゆ (牛乳) ハンバーグ トマト煮	きゅうりスープ じゃが芋サラダ	パン ハンバーグ トマト煮	きゅうりスープ じゃが芋サラダ	わかめ雑炊	(玉ねぎ) 白身魚の ハンバーグ	わかめ雑炊	(玉ねぎ) 白身魚の ハンバーグ	わかめ雑炊	(玉ねぎ) 白身魚の ハンバーグ

旬の食材

さつま芋
里芋
かぶ
きのこ類
りんご
梨
柿

お部屋別に食事の
展示をしています。
月曜日 くるみ
火曜日 なつめ
水曜日 まつぼっくり
木・金曜日 どんぐり

量は個々に配慮し
ています
どうぞご覧ください。



☆ 離乳食の段階は目安です。おかゆの硬さ、調理形態は一人一人に合わせて配慮していきます。