

2024年度 10月 献立表（おかゆ食）



曜	日	献立名		材料名			
		昼食	午後おやつ	血や肉になるもの	熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	その他
火	1 15	おかゆ 和風スープ（大根・人参） 鮭と青菜の煮びたし	スティックさつまいも	鮭	米、かたくり粉、さつまいも	だいこん、にんじん、こまつな	水、だし汁
水	2 16	おかゆ みそ汁（小松菜・玉ねぎ） ツナ豆腐煮	スティックパン	絹ごし豆腐、ツナ缶（水煮）	米、かたくり粉、食パン、バター	こまつな、玉葱、にんじん、かぶ	水、だし汁、みそ、お湯
木	3 17	おかゆ コーンスープ じゃが芋のうま煮	ぶどうゼリー	鶏ささ身、粉寒天	米、かたくり粉、油、砂糖、じゃがいも	クリームコーン缶、玉葱、にんじん、チンゲンサイ、ぶどう（濃縮還元ジュース）	水、だし汁
金	4 18	あんかけうどん かぼちゃのおかか煮 果物（バナナ）	青のり粥	鶏ささ身、かつお節、あおのり	うどん（ゆで）、かたくり粉、米	にんじん、玉葱、こまつな、かぼちゃ、バナナ	だし汁、水
月	7 21	おかゆ 和風スープ（麩・人参） 鶏肉と大根のうま煮	芋ようかん	鶏ささ身、寒天	米、油、砂糖、薄力粉、こま油、さつまいも	にんじん、だいこん、玉葱	水、だし汁
火	8 22	おかゆ 和風スープ（もやし） ブロッコリーのしらす煮	じゃがいも粥	しらす干し	米、じゃがいも	もやし、ブロッコリー、にんじん	水、だし汁
水	9 23	おかゆ みそ汁（さつまいもと玉ねぎ） 鶏肉とキャベツのうま煮	きな粉粥	鶏ささ身、きな粉（大豆）	米、さつまいも、かたくり粉	玉葱、キャベツ、にんじん	水、だし汁、みそ
木	10 24	五目うどん かぼちゃの含め煮 果物（りんご）	しらす粥	鶏ささ身、しらす干し	うどん（ゆで）、かたくり粉、米	にんじん、こまつな、玉葱、かぼちゃ、りんご	だし汁、水
金	11 25	おかゆ チンゲンサイのスープ 豆腐と野菜のおかか煮	スティックパン	絹ごし豆腐かつお節	米、食パン、バター	チンゲンサイ、玉葱、にんじん、だいこん	水、だし汁、お湯
月	28	おかゆ 和風スープ（麩・玉ねぎ） 鶏肉と小松菜の煮びたし	きな粉粥	鶏ささ身、きな粉（大豆）	米、麩、かたくり粉	玉葱、こまつな、にんじん	水、だし汁
火	29	おかゆ 和風スープ（大根・わかめ） 鮭と野菜の煮びたし	青のり粥	わかめ、鮭、あおのり	米、かたくり粉	だいこん、ほうれんそう、にんじん	水、だし汁
水	30	おかゆ キャベツのスープ ブロッコリーとチキンの煮物	お麩ラスク	鶏ささ身、きな粉（大豆）	米、かたくり粉、麩、バター	キャベツ、玉葱、にんじん、ブロッコリー	水、だし汁、お湯
木	31	おかゆ みそ汁（かぶ） 鶏と青菜の煮びたし	かぼちゃのパンケーキ	鶏ささ身、油、砂糖	米、かたくり粉★ブレミックス粉（体づくり用）、ケーキシロップ、油	かぶ、玉葱、こまつな、にんじん、かぼちゃ	水、だし汁、みそ、お湯

※味付けに、塩・砂糖・醤油・味噌の調味料を使用します。
※都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承ください。



ピ/キオ幼稚園