

2022年10月

朝		夕方	
除去対応			
日安月	初期 5・6月頃	中期 7・8月頃	後期 9・11月頃
土 1	昼食 おやつ ミルク	おひか じゃが芋の煮つし 大根のすりながし スープ ミルク	おひか じゃが芋の煮つし トマト・玉ねぎ・片栗粉 大根のすりながし スープ ミルク

予定献立表・離乳食  
【鶴嶺アレルギー対応】

日安月	中期 7・8月頃		後期 9・11月頃		日安月	中期 5・6月頃		後期 7・8月頃		日安月	中期 9・11月頃		後期 12・1月頃		
	火	水	木	金		火	水	木	金		火	水	木	金	
月 3	昼食 おやつ ミルク	おひか じゃが芋の煮つし トマト・玉ねぎ・片栗粉 大根のすりながし スープ ミルク	おひか じゃが芋の煮つし トマト・玉ねぎ・片栗粉 大根のすりながし スープ ミルク	火	18	12~13月頃	日安月	19	12~13月頃	火	18	12~13月頃	日安月	19	12~13月頃
	おやつ ミルク	ミルク	オレンジゼリー ミルク	オレンジゼリー 牛乳		12~13月頃	火	19	12~13月頃	火		12~13月頃	火		12~13月頃
火 4	昼食 おやつ ミルク	おひか 南瓜の煮つし 大根のすりながし スープ ミルク	おひか 南瓜のそぼろ煮 大根のすりながし スープ ミルク	水	20	12~13月頃	日安月	19	12~13月頃	水	20	12~13月頃	日安月	21	12~13月頃
	おやつ ミルク	ミルク	フレンチトースト 食パン・豆乳・マーブリン ミルク	フレンチトースト 牛乳		12~13月頃	水	19	12~13月頃	水		12~13月頃	水		12~13月頃
水 5	昼食 おやつ ミルク	おひか さつま芋の煮つし 人参のすりながし スープ ミルク	おひか 白鳥魚のうすく煮 さつま芋・人参の えのき・豆乳	金	21	12~13月頃	日安月	20	12~13月頃	水	21	12~13月頃	日安月	22	12~13月頃
	おやつ ミルク	ミルク	アップルスコーン 牛乳	ミルク		12~13月頃	水	19	12~13月頃	水		12~13月頃	水		12~13月頃
木 6	昼食 おやつ ミルク	おひか くだらにゅうめん さやべつのすりながし スープ ミルク	おひか にゅうめん さやべつのすりながし スープ ミルク	火	22	12~13月頃	日安月	21	12~13月頃	火	22	12~13月頃	日安月	23	12~13月頃
	おやつ ミルク	ミルク	アップルスクリエ 牛乳	ミルク		12~13月頃	火	20	12~13月頃	火		12~13月頃	火		12~13月頃
金 7	昼食 おやつ ミルク	おひか 白鳥魚のすりながし 大根のすりながし スープ ミルク	おひか 白鳥魚の煮付け 南瓜の野菜あん 豆腐・さやべつ	水	23	12~13月頃	日安月	24	12~13月頃	水	23	12~13月頃	日安月	24	12~13月頃
	おやつ ミルク	ミルク	アップルスクリエ 牛乳	ミルク		12~13月頃	水	21	12~13月頃	水		12~13月頃	水		12~13月頃
土 8	昼食 おやつ ミルク	おひか 豆腐のすりながし 豆腐のすりながし スープ ミルク	おひか 豆腐のうすく煮 三色やわらか煮 スープ ミルク	火	25	12~13月頃	日安月	24	12~13月頃	火	25	12~13月頃	日安月	26	12~13月頃
	おやつ ミルク	ミルク	オレンジボンチ 牛乳	ミルク		12~13月頃	火	23	12~13月頃	火		12~13月頃	火		12~13月頃
月 10	昼食 おやつ ミルク	おひか スポーツの日	おひか スポーツの日	水	26	12~13月頃	日安月	25	12~13月頃	水	26	12~13月頃	日安月	27	12~13月頃
	おやつ ミルク	ミルク	オレンジボンチ 牛乳	ミルク		12~13月頃	水	24	12~13月頃	水		12~13月頃	水		12~13月頃
火 11	昼食 おやつ ミルク	おひか ブロッコリーのすりながし 大根のすりながし スープ ミルク	おひか ブロッコリー・人参・片栗粉 大根・胡麻・玉ねぎ	木	27	12~13月頃	日安月	26	12~13月頃	木	27	12~13月頃	日安月	28	12~13月頃
	おやつ ミルク	ミルク	ミルク	ミルク		12~13月頃	木	25	12~13月頃	木		12~13月頃	木		12~13月頃
水 12	昼食 おやつ ミルク	おひか 大根のすりながし ほうれい草のすりながし スープ ミルク	おひか 豆腐のうすく煮 三色やわらか煮 スープ ミルク	火	28	12~13月頃	日安月	27	12~13月頃	火	28	12~13月頃	日安月	29	12~13月頃
	おやつ ミルク	ミルク	オレンジボンチ 牛乳	ミルク		12~13月頃	火	26	12~13月頃	火		12~13月頃	火		12~13月頃
木 13	昼食 おやつ ミルク	おひか よくばつどうどん 人筋のすりながし きゃべつのすりながし ミルク	おひか よくばつどうどん 人筋のやわらか煮 きゃべつやわらか煮 ミルク	水	29	12~13月頃	日安月	28	12~13月頃	水	29	12~13月頃	日安月	31	12~13月頃
	おやつ ミルク	ミルク	オレンジボンチ 牛乳	ミルク		12~13月頃	水	27	12~13月頃	水		12~13月頃	水		12~13月頃
金 14	昼食 おやつ ミルク	おひか 玉ねぎのすりながし 大根のすりながし スープ ミルク	おひか 玉ねぎ・トマト・片栗粉 大根・人参・豆乳 豆腐・まろん	木	31	12~13月頃	日安月	29	12~13月頃	木	31	12~13月頃	日安月	30	12~13月頃
	おやつ ミルク	ミルク	ミルク	ミルク		12~13月頃	木	28	12~13月頃	木		12~13月頃	木		12~13月頃
土 15	昼食 おやつ ミルク	おひか 玉ねぎのすりながし 南瓜のすりながし スープ ミルク	おひか 玉ねぎ・白鳥魚の野菜あんかけ 南瓜のやわらか煮 スープ ミルク	火	31	12~13月頃	日安月	30	12~13月頃	火	31	12~13月頃	日安月	31	12~13月頃
	おやつ ミルク	ミルク	ミルク	ミルク		12~13月頃	火	29	12~13月頃	火		12~13月頃	火		12~13月頃
月 17	昼食 おやつ ミルク	おひか じゃが芋の煮つし きゃべつのすりながし スープ ミルク	おひか じゃが芋の煮つし トマト・玉ねぎ・片栗粉 南瓜のすりながし スープ ミルク	水	31	12~13月頃	日安月	30	12~13月頃	水	31	12~13月頃	日安月	31	12~13月頃
	おやつ ミルク	ミルク	ミルク	ミルク		12~13月頃	火	29	12~13月頃	火		12~13月頃	火		12~13月頃

## ハッピーちやいるど保育園

**10月の旬**

かぶ、だいこん、にんじん、でんどう、とうもろこし、やわらか煮、ざくらん、まろん、うり、とうもろこし、とうじん、かぼちゃ、とうふ、とうりんご、かぶらん、なます、さといも、なす。

**さつまいも**

寒い季節が厳しくなっています。便座解消や腰痛の対策として、運動活動が重要になります。また、ピタミンCが豊富な野菜を多く摂取することで、免疫力を高めることができます。

●ヨリコ・豆腐牛乳のテクニカル情報を詳しく説いております。

●ハッピー朝食ミックサス・グレープフルーツ・ミルクのテクニカル情報を詳しく説いております。

※以上は豆乳などと並んで、スープ・まろん汁などと並んであります。

株式会社 セブト