



# 令和3年10月分献立表

(離乳食：1日3回食) (12から18か月頃)



大府市公私立保育園  
令和3年8月24日現在

日 曜	献立名	使用材料名				午前のおやつ	午後のおやつ	午後のおやつ材料名
		黄色の食品	赤色の食品	緑色の食品	調味料・その他			
		熱や力となるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子をよくするもの				
1 金	さんまの蒲焼ごはん(軟飯) 酢和え 大根とわかめの味噌汁	米、砂糖、片栗粉、サラダ油、春雨	さんま、味噌、わかめ	大根、きゅうり、人参、もやし、ねぎ、白ごま	醤油、酢、削り節、だし昆布、塩、みりん	牛乳 りんご	牛乳 菓子	(ほろほろ焼き)
2 土	いなり寿司 フルーツゼリー(みかん)	いなり寿司		フルーツゼリー(みかん)		ヨーグルト		
4 月	軟飯 はんぺんと野菜の旨煮 玉ねぎと油揚げの味噌汁	米、里芋、砂糖、サラダ油	はんぺん、生揚げ、豚平、味噌、油揚げ、わかめ	大根、人参、玉ねぎ、ねぎ	醤油、削り節、だし昆布、酒	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子	(アスパラガスビスケット)
5 火	軟飯 麻婆豆腐 酢和え 野菜ジュース(アップルキャロット)	米、砂糖、春雨、サラダ油、片栗粉、ごま油	豆腐、豚挽、ロースハム、味噌	野菜ジュース(アップルキャロット)、人参、きゅうり、もやし、ねぎ	酢、醤油、酒、中華スープの素、塩	牛乳 バナナ	牛乳 ◆さつま芋蒸しパン	(さつま芋、米粉パウダー(1/2カップ用)、サラダ油、豆乳、塩)
6 水	長崎ちゃんぽん フルーツゼリー(ぶどう)	中華そば、サラダ油	豚平	フルーツゼリー(ぶどう)、キャベツ、人参、もやし、ほうれん草	醤油、中華スープの素、酒、塩	牛乳 りんご	牛乳 ◆五平餅	(米、砂糖、赤味噌、白ごま、みりん)
7 木	軟飯 卵のふわふわ焼き トマト 玉ねぎとえのきの味噌汁	米、砂糖、片栗粉、サラダ油	卵、豚挽、味噌、わかめ、ひじき	トマト、人参、玉ねぎ、ねぎ、えのきたけ	削り節、醤油、だし昆布、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子	(ハッピーターン)
8 金	軟飯 さけの味噌焼き ほうれん草のごま和え 豆腐と人参のすまし汁	米、砂糖、ごま油、サラダ油	さけ、豆腐、味噌、わかめ	ほうれん草、人参、ねぎ、白ごま	醤油、削り節、だし昆布、みりん、酒、塩	牛乳 バナナ	牛乳 菓子	(あけびの実クッキー)
9 土	おにぎり(鮭・鮭) フルーツゼリー(もも)	おにぎり(鮭・鮭)		フルーツゼリー(もも)		ヨーグルト		
11 月	中華飯(軟飯) キャベツの中華スープ オレンジ	米、片栗粉、砂糖、サラダ油、ごま油	豚平、むきえび	オレンジ、白菜、玉ねぎ、人参、キャベツ、もやし	醤油、中華スープの素、塩	牛乳 りんご	牛乳 菓子	(おこめリング)
12 火	軟飯 おでん ごま和え	米、里芋、砂糖、サラダ油	厚揚げ、はんぺん、豚挽、赤味噌	大根、人参、もやし、きゅうり、白ごま	醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳 オレンジ	◆ヨーグルト和え	(砂糖、ヨーグルト、黄桃缶、バナナ、みかん缶、パイナップル)
13 水	焼きそば 中華わかめスープ ヨーグルト	焼きそば、サラダ油、ごま油	ヨーグルト、豚平、わかめ	キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン、ねぎ、えのきたけ	ソース、中華スープの素、花かつお、塩	牛乳 りんご	オレンジジュース 菓子	(さくっとあられ)
14 木	ミルクロール 米粉のパンフキンシチュー シーチキンサラダ	ミルクロール、砂糖、サラダ油	若鶏、ツナ、豆乳	玉ねぎ、かぼちゃ、人参、キャベツ、コーンクリーム缶、きゅうり	米粉のクリームシチュールー、りんご酢、塩、コンソメスープの素	牛乳 バナナ	牛乳 ◆菜蒸しカステラ	(小麦粉、バター、砂糖、卵、栗甘露煮、牛乳、A-キックパウダー)
15 金	軟飯 あじのしょうゆ焼き 呉汁	米、サラダ油、片栗粉	あじ、豚平、豆乳、大豆、味噌	大根、玉ねぎ、人参、ねぎ	削り節、醤油、だし昆布、酒	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子	(ほしたべよ)
16 土	いなり寿司 やさしいゼリー	いなり寿司		やさしいゼリー		ヨーグルト		
18 月	軟飯 鶏肉の照り焼き キャベツとツナの和え物 豆腐と人参の味噌汁	米、砂糖	若鶏、豆腐、味噌、ツナ、わかめ	キャベツ、人参、きゅうり、ねぎ、白ごま	酢、削り節、醤油、酒、だし昆布、みりん、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子	(ミレービスケット)
19 火	軟飯 厚揚げとキャベツの味噌炒め わかめとえのきのすまし汁	米、サラダ油、砂糖、ごま油	豚平、厚揚げ、味噌、わかめ	キャベツ、人参、ピーマン、ねぎ、えのきたけ	醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳 バナナ	牛乳 ◆アップルケーキ	(米粉パウダー(1/2カップ用)、りんご、砂糖、サラダ油、豆乳)
20 水	味噌煮込みうどん 中華和え	白玉うどん、砂糖、サラダ油、ごま油	豚平、赤味噌、かまぼこ、ツナ、油揚げ	白菜、もやし、きゅうり、人参、玉ねぎ、ねぎ、コーンホール缶	削り節、醤油、だし昆布、酢	牛乳 りんご	牛乳 ◆ふかし芋	(さつま芋、塩)
21 木	ミルクロール 白身魚の煮つけ 野菜サラダ さつま芋とじゃが芋のスープ	ミルクロール、さつま芋、砂糖、じゃが芋、ノンエックマヨネーズドレッシング	ホキ、ロースハム、ちくわ	キャベツ、人参、きゅうり、パセリ	醤油、だし汁、コンソメスープの素、酒、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子	(古代米せんべい)
22 金	軟飯 ごま和え キャベツ入り豚汁 みかん	米、じゃが芋、砂糖、サラダ油	豚平、赤味噌	みかん、キャベツ、人参、もやし、きゅうり、白ごま	削り節、醤油、だし昆布、塩	牛乳 バナナ	牛乳 菓子	(あけびの実パウダーケーキ)(かぼちゃ)
23 土	おにぎり(鮭・鮭) フルーツゼリー(もも)	おにぎり(鮭・鮭)		フルーツゼリー(もも)		ヨーグルト		
25 月	味ごはん(軟飯) ごまだれサラダ 豆腐と玉ねぎの味噌汁	米、砂糖、サラダ油	豆腐、若鶏、味噌、ツナ、油揚げ、わかめ	人参、玉ねぎ、もやし、きゅうり、キャベツ、白ごま	醤油、削り節、酢、だし昆布、塩	牛乳 りんご	牛乳 菓子	(えびちび)
26 火	軟飯 豚挽と野菜のソテー 中華わかめスープ	米、サラダ油、ごま油	豚挽、わかめ	キャベツ、人参、ねぎ、えのきたけ	醤油、塩、中華スープの素、みりん	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子	(ぼたぼた焼き)
27 水	軟飯 豚挽とじゃが芋のスープ ハムとコーンのサラダ かぼちゃプリン	米、じゃが芋、ノンエックマヨネーズドレッシング、サラダ油	豚挽、ロースハム	かぼちゃプリン、玉ねぎ、人参、きゅうり、コーンホール缶	コンソメスープの素、塩	牛乳 バナナ	牛乳 洋菓子	(マドレーヌ)
28 木	軟飯 筑前煮 玉ねぎとえのきの味噌汁	米、里芋、砂糖、サラダ油	若鶏、ちくわ、味噌	大根、人参、玉ねぎ、ねぎ、えのきたけ	醤油、削り節、だし昆布	牛乳 りんご	牛乳 ◆フレンチトースト	(食パン、砂糖、卵、牛乳)
29 金	軟飯 白身魚の煮つけ 拌三絲 わかめと人参のすまし汁	米、春雨、砂糖、ごま油、サラダ油	ホキ、ロースハム、わかめ	人参、きゅうり、ねぎ	醤油、だし汁、削り節、だし昆布、酒、酢、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子	(おにぎりせんべい・塩)
30 土	いなり寿司 フルーツゼリー(みかん)	いなり寿司		フルーツゼリー(みかん)		ヨーグルト		

◆は手作りおやつです。  
※材料の納品状況などにより、献立が変更する場合があります。ご了承ください。