

10月献立表

		初期食	
日	曜日	献立	材料
1	金	おかゆ カレイとかぼちゃのペースト 小松菜のスープ	米 カレイ・かぼちゃ・だし 小松菜・だし・片栗粉
2	土	うどんのくたくた煮 玉ねぎとなすのトマト煮	うどん・人参・だし 玉ねぎ・なす・トマト・だし
4	月	おかゆ キャベツのペースト 人参のスープ	米 キャベツ・だし 人参・だし・片栗粉
5	火	おかゆ 人参のペースト キャベツのスープ	米 人参・だし キャベツ・だし・片栗粉
6	水	パンがゆ カレイと野菜のくたくた煮 玉ねぎと人参のスープ	食パン・ミルク カレイ・じゃがいも・チンゲン菜・だし 玉ねぎ・人参・だし・片栗粉
7	木	おかゆ カレイと人参のくたくた煮 大根のスープ	米 カレイ・人参・だし 大根・だし・片栗粉
8	金	おかゆ しらすと野菜のペースト 玉ねぎと人参のスープ	米 しらす・チンゲン菜・白菜・だし 玉ねぎ・人参・だし・片栗粉
9	土	うどんのくたくた煮 じゃがいものマッシュ	うどん・人参・だし じゃがいも・だし
11	月	おかゆ ほうれん草のだし煮 人参のスープ	米 ほうれん草・だし 人参・だし・片栗粉
12	火	おかゆ カレイと野菜のあんかけ 玉ねぎのスープ	米 カレイ・チンゲン菜・人参・だし・片栗粉 玉ねぎ・だし・片栗粉
13	水	パンがゆ 人参のペースト 玉ねぎのスープ	食パン・ミルク 人参・だし 玉ねぎ・だし・片栗粉
14	木	野菜うどんのくたくた煮 カレイときゅうりのうま煮 人参のやわらか煮	うどん・キャベツ・玉ねぎ・だし カレイ・きゅうり・だし 人参・だし
15	金	おかゆ じゃがいもと人参のペースト キャベツのスープ	米 じゃがいも・人参・だし キャベツ・だし・片栗粉
16	土	運動会	
18	月	おかゆ しらすとほうれん草のペースト 人参のスープ	米 しらす・ほうれん草・だし 人参・だし・片栗粉
19	火	おかゆ 人参と大根のトロ煮 小松菜のスープ	米 人参・大根・だし・片栗粉 小松菜・だし・片栗粉
20	水	パンがゆ さつまいもと人参のやわらか煮 豆腐スープ	食パン・ミルク さつまいも・人参・だし 豆腐・だし・片栗粉
21	木	おかゆ しらすと玉ねぎのペースト チンゲン菜のスープ	米 しらす・玉ねぎ・だし チンゲン菜・だし・片栗粉
22	金	かぼちゃがゆ カレイと野菜のくたくた煮 さつまいものスープ	米・かぼちゃ・だし カレイ・キャベツ・玉ねぎ・だし さつまいも・だし・片栗粉
23	土	うどんのくたくた煮 野菜のつぶし煮	うどん・人参・だし キャベツ・玉ねぎ・だし
25	月	ほうれん草がゆ 人参のペースト 白菜のスープ	米・ほうれん草・だし 人参・だし 白菜・だし・片栗粉
26	火	おかゆ 小松菜の白和え 玉ねぎと人参のスープ	米・ほうれん草・だし 豆腐・小松菜・だし 玉ねぎ・人参・だし・片栗粉
27	水	パンがゆ 玉ねぎと人参のペースト じゃがいもとキャベツのスープ	食パン・ミルク 玉ねぎ・人参・だし じゃがいも・キャベツ・だし・片栗粉
28	木	おかゆ ブロッコリーと玉ねぎのペースト じゃがいものスープ	米 ブロッコリー・玉ねぎ・だし じゃがいも・だし・片栗粉
29	金	おかゆ カレイと大根のペースト キャベツと人参のスープ	米 カレイ・大根・だし キャベツ・人参・だし・片栗粉
30	土	うどんのくたくた煮 しらすと野菜のうま煮	うどん・人参・だし しらす・ほうれん草・玉ねぎ・だし