10月　離乳食だより

認定こども園つばめ・チェリー保育園

		初期		中期				後期・完了食				
		主　食	副食	主食	主菜	副菜	おやつ	主食	主菜	副菜	果物	おやつ
1	木	おかゆ	だいこんのスープ	おかゆ	白身魚の煮物	じゃがいも・だいこんのスープ	白せんべい	ごはん	豚肉と野菜のごまみそ煮	春雨のあっさりサラダ	オレンジ	バナナカステラ
2	金	おかゆ	にんじんのスープ	おかゆ	豆腐・たまねぎのスープ	にんじんスティック	バナナ	ごはん	麻婆豆腐	もやしとハムのサラダ	バナナ	食パン
3	土	おかゆ	たまねぎのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	ほうれん草・たまねぎのスープ	白せんべい		ハヤシライス	スパゲティサラダ	オレンジ	ビスコ
4	日											
5	月	おかゆ	だいこんのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	だいこん・にんじんのスープ	バナナ	ごはん	豚肉の生姜炒め	大根とツナのサラダ	バナナ	バウムクーヘン
6	火	おかゆ	ほうれん草のスープ	おかゆ	白身魚の煮物	ほうれん草・じゃがいものスープ	白せんべい		うどん	ほうれん草のおかか和え	オレンジ	黒糖蒸しパン
7	水	おかゆ	にんじんのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	きゃべつ・にんじんのスープ	バナナ	ごはん	筑前煮	きゃべつとコーンのサラダ	バナナ	ぽたぽた焼
8	木	おかゆ	たまねぎのスープ	おかゆ	白身魚の煮物	だいこん・たまねぎのスープ	白せんべい	ごはん	白身魚のてりやき	大豆と油揚げの煮物	パイン缶	マカロニきなこ
9	金	おかゆ	きゃべつのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	きゃべつ・ほうれん草のスープ	バナナ		焼きそば	もやしのごまサラダ	バナナ	雪の宿
10	土				ベ　ビ　ー　フ　ー　ド		白せんべい		愛　情　弁　当			マリービスケット
11	日											
12	月				ス　ポ　ー　ツ　の　日				ス　ポ　ー　ツ　の　日			
13	火	おかゆ	だいこんのスープ	おかゆ	白身魚の煮物	にんじん・だいこんのスープ	白せんべい	ごはん	鶏肉のてりやき	切干大根の煮物	オレンジ	ココア蒸しパン
14	水	おかゆ	ほうれん草のスープ	おかゆ	ささみのくず煮	ほうれん草・たまねぎのスープ	バナナ	ごはん	豚肉と厚揚げのチャンプル	春雨の中華サラダ	バナナ	ぱりんこ
15	木	おかゆ	にんじんのスープ	おかゆ	白身魚の煮物	じゃがいも・にんじんのスープ	白せんべい	ごはん	肉じゃが	マカロニときゅうりのサラダ	オレンジ	まがりせんべい
16	金	おかゆ	きゃべつのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	きゃべつ・たまねぎのスープ	バナナ		和風スパゲティ	キャベツとハムのサラダ	バナナ	りんごゼリー
17	土	おかゆ	じゃがいものスープ	おかゆ	豆腐・だいこん・じゃがいものスープ		白せんべい	ごはん	鶏肉と大根の煮物	ポテトサラダ	オレンジ	ムーンライト
18	日											
19	月	おかゆ	だいこんのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	だいこん・にんじんのスープ	バナナ	ごはん	絹揚げのそぼろあん	大根としらすのサラダ	バナナ	ぱりんこ
20	火	おかゆ	じゃがいものスープ	おかゆ	豆腐・たまねぎのスープ	じゃがいもマッシュ	白せんべい	ごはん	白身魚の煮物	野菜と豆腐のみそ汁	オレンジ	きなこ蒸しパン
21	水	おかゆ	きゃべつのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	きゃべつ・にんじんのスープ	バナナ	ごはん	豚肉とごぼうの味噌炒め	キャベツとハムの中華サラダ	バナナ	食パン
22	木	おかゆ	ほうれん草のスープ	おかゆ	白身魚の煮物	ほうれん草・じゃがいものスープ	白せんべい		ちゃんぽんめん	ほうれん草のごま和え	オレンジ	ぱりんこ
23	金	おかゆ	たまねぎのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	きゃべつ・たまねぎのスープ	バナナ	ごはん	豚肉と大豆の煮物	きゅうりとツナのサラダ	バナナ	ロールパン
24	土				運　動　会				運　動　会			
25	日											
26	月	おかゆ	ほうれん草のスープ	おかゆ	白身魚の煮物	ほうれん草・じゃがいものスープ	白せんべい	ごはん	じゃがいもの小判焼き	ほうれん草とコーンのサラダ	オレンジ	いちごジャム蒸しパン
27	火	おかゆ	にんじんのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	にんじん・だいこんのスープ	バナナ	ごはん	豚肉の野菜炒め	きゅうりとハムのサラダ	バナナ	おにぎりせんべい
28	水	おかゆ	たまねぎのスープ	おかゆ	白身魚の煮物	たまねぎ・ほうれん草のスープ	白せんべい	ごはん	白身魚の煮物	具沢山わかめスープ	オレンジ	マカロニきなこ
29	木	おかゆ	きゃべつのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	きゃべつ・にんじんのスープ	バナナ	ごはん	炒り豆腐	春雨サラダ	バナナ	ぱりんこ
30	金	おかゆ	じゃがいものスープ	おかゆ	白身魚の煮物	じゃがいも・たまねぎのスープ	白せんべい		秋の実りカレー	キャベツとツナのサラダ	かぼちゃのムース	ロアンヌ
31	土				ベ　ビ　ー　フ　ー　ド		白せんべい		愛　情　弁　当			チョイスクッキー

予定・実施献立表(1週間)

こども園つばめ　献立種類:保育園　展開食種:常食　献立S:[CCC]　料理S:[全て全て全て]

				2026/10/1 (木)	2026/10/2 (金)	2026/10/3 (土)	2026/10/4 (日)
朝				保育園10時おやつ	保育園10時おやつ	保育園10時おやつ	
				かっぱえびせん(保育園) かっぱえびせん(塩分ｶｯﾄ)	ふんわりコーン ふんわりコーン	ハーベスト(2枚) ハーベスト(香ばしセサミ)	
				ごはん （45） 米(寿便)(国内産) 豚肉と野菜のごま味噌煮 豚バラスライス 絹厚揚げ ささがきごぼう(冷凍) 冷凍里芋 蒸人参乱切り(冷凍) カットインゲン(冷凍) 料理油 白だし 砂糖 みりん 料理酒 味噌 白すりごま 春雨のあっさりサラダ 春雨(9cmｶｯﾄ) 胡瓜 乾燥カットわかめ ホールコーン(冷凍) 醤油 砂糖 酢 オレンジ オレンジ	ごはん （45） 米(寿便)(国内産) マーボー豆腐 木綿豆腐 合ミンチ 蒸玉ねぎダイス5mm(冷凍) 千切り人参(冷凍) 料理油 味噌 醤油 砂糖 料理酒 丸鶏がらスープ 片栗粉 グリーンピース(冷凍) もやしとハムのサラダ もやし(緑豆もやし) 胡瓜 ﾛｰｽﾊﾑ 砂糖 醤油 みりん 白だし バナナ ﾊﾞﾅﾅ	ハヤシライス 米(寿便)(国内産) 牛肩ローススライス 料理油 蒸たまねぎスライス10mm(冷凍) 千切り人参(冷凍) とろけるハヤシフレーク スパゲティーサラダ スパゲティ(1.7mm) 胡瓜 千切り人参(冷凍) 醤油 砂糖 白だし オレンジ オレンジ	
お				保育園15時おやつL	保育園15時おやつL	保育園15時おやつL	
				バナナかすてら 1/2 おかしなバナナ 牛乳(100) 森永のおいしい牛乳	ﾐﾐﾅｼ食パン ﾐﾐﾅｼ食ﾊﾟﾝ 牛乳(100) 森永のおいしい牛乳	ビスコ ビスコ 牛乳(100) 森永のおいしい牛乳	

予定・実施献立表(1週間)

こども園つばめ 献立種類:保育園 展開食種:常食 献立S:[CCC] 料理S:[全て全て全て]

	2026/10/5 (月)	2026/10/6 (火)	2026/10/7 (水)	2026/10/8 (木)	2026/10/9 (金)	2026/10/10 (土)	2026/10/11 (日)
朝	保育園10時おやつ	保育園10時おやつ	保育園10時おやつ	保育園10時おやつ	保育園10時おやつ	保育園10時おやつ	
	マンナ(ｿﾌﾄﾋﾞｽｹｯﾄ) マンナビスケット	ソフトせんべい 赤ちゃんせんべい	おやさいせんべい(2枚) ｱﾝﾊﾟﾝﾏﾝのおやさいせんべい	かっぱえびせん(保育園) かっぱえびせん(塩分ｶｯﾄ)	ふんわりコーン ふんわりコーン	ハーベスト(2枚) ハーベスト(香ばしセサミ)	
	ごはん (45) 米(寿便)(国内産) 豚肉の野菜炒め 豚肩ローススライス 蒸たまねぎスライス10mm(冷凍) もやし(緑豆もやし) 千切り人参(冷凍) 上白糖 醤油 みりん 料理油 大根とツナのサラダ 蒸水煮大根千切り(冷凍) ツナフレーク 胡瓜 白だし 砂糖 醤油 みりん バナナ ﾊﾞﾅﾅ	うどん 冷凍)無塩うどん細 醤油 みりん ほうれん草のおかか和え ホウレン草(冷凍) 千切り人参(冷凍) 白だし 上白糖 醤油 みりん 糸かつお オレンジ オレンジ	ごはん (45) 米(寿便)(国内産) 筑前煮(ﾚﾝ・人・里) 冷凍)鶏ﾓﾓ(ｺﾏ切れ) れんこん(冷凍) ささがきごぼう(冷凍) 蒸人参乱切り (冷凍) 冷凍里芋 カットイングン(冷凍) 料理油 白だし 砂糖 醤油 みりん キャベツとコーンのサラダ キャベツ乱切り(冷凍) 胡瓜 千切り人参(冷凍) ホールコーン(冷凍) 白だし 砂糖 醤油 バナナ ﾊﾞﾅﾅ	ごはん (45) 米(寿便)(国内産) 白身魚の照り焼き ｶﾗｽｶﾚｲ切身(骨取・皮無) 醤油 みりん 料理酒 大豆と油揚げの煮物 水煮大豆 千切り人参(冷凍) 油あげ(広島) 料理油 砂糖 醤油 みりん フルーツ(ﾊﾟｲ缶) パイン缶詰1/8 (1号缶)	焼きそば 冷凍中華麺 豚肩ローススライス キャベツ乱切り(冷凍) 蒸たまねぎスライス10mm(冷凍) 千切り人参(冷凍) ピーマン 料理油 食塩 上がけ用ソース 焼きそばソース もやしのゴマサラダ もやし(緑豆もやし) 胡瓜 千切り人参(冷凍) 白すりごま 砂糖 醤油 みりん 白だし バナナ ﾊﾞﾅﾅ		
お	保育園15時おやつL	保育園15時おやつL	保育園15時おやつL	保育園15時おやつL	保育園15時おやつL	保育園15時おやつL	
	バウムクーヘン ﾊﾞｳﾑｸｰﾍﾝ厚切カット 牛乳(100) 森永のおいしい牛乳	黒糖蒸しパン ホットケーキミックス 牛乳 黒砂糖(粉末) 冷凍森永バター(有塩) りんごジュース りんごジュース	ぽたぽた焼 ぽたぽた焼 牛乳(100) 森永のおいしい牛乳	マカロニきなこ カールマカロニ きな粉 砂糖 牛乳(100) 森永のおいしい牛乳	雪の宿 雪の宿 牛乳(100) 森永のおいしい牛乳	マリービスケット マリービスケット 牛乳(100) 森永のおいしい牛乳	

予定・実施献立表(1週間)

こども園つばめ 献立種類:保育園 展開食種:常食 献立S:[CCC] 料理S:[全て全て全て]

	2026/10/12 (月)	2026/10/13 (火)	2026/10/14 (水)	2026/10/15 (木)	2026/10/16 (金)	2026/10/17 (土)	2026/10/18 (日)
朝		保育園10時おやつ	保育園10時おやつ	保育園10時おやつ	保育園10時おやつ	保育園10時おやつ	
		ソフトせんべい 赤ちゃんせんべい	おやさいせんべい(2枚) ｱﾝﾊﾟﾝﾏﾝのおやさいせんべい	かっぱえびせん(保育園) かっぱえびせん(塩分ｶｯﾄ)	ふんわりコーン ふんわりコーン	ハーベスト(2枚) ハーベスト(香ばしセサミ)	
		ごはん (45) 米(寿便)(国内産) 鶏肉の照り焼き 冷凍)鶏ﾓﾓ(皮無し一口ｶｯﾄ) 醤油 砂糖 みりん 切干大根の煮物 切干大根 油あげ(広島) 千切り人参(冷凍) カットインゲン(冷凍) 料理油 白だし みりん 醤油 オレンジ オレンジ	ごはん (45) 米(寿便)(国内産) 豚肉と厚揚げのチャンプルー 豚バラスライス 絹厚揚げ 蒸たまねぎスライス10mm(冷凍) 千切り人参(冷凍) キャベツ乱切り(冷凍) 料理油 白だし 砂糖 醤油 グリーンピース(冷凍) 春雨の中華サラダ 春雨(9cmｶｯﾄ) 胡瓜 千切り人参(冷凍) 醤油 砂糖 酢 丸鶏がらスープ ごま油 バナナ ﾊﾞﾅﾅ	ごはん (45) 米(寿便)(国内産) 肉じゃが 合ミンチ 料理油 じゃがいも乱切り(冷凍) 蒸たまねぎスライス10mm(冷凍) 蒸人参乱切り (冷凍) 砂糖 醤油 みりん グリーンピース(冷凍) マカロニときゅうりのサラダ カールマカロニ 胡瓜 千切り人参(冷凍) 醤油 砂糖 白だし オレンジ オレンジ	和風スパゲティー スパゲティ(1.7mm) 合ミンチ 蒸たまねぎスライス10mm(冷凍) 千切り人参(冷凍) (冷凍)ミニブロッコリー 料理油 食塩 醤油 みりん 白だし 片栗粉 キャベツとハムのサラダ キャベツ乱切り(冷凍) 胡瓜 ﾛｰｽﾊﾑ 醤油 砂糖 白だし バナナ ﾊﾞﾅﾅ	ごはん (45) 米(寿便)(国内産) 鶏肉と大根の煮物 冷凍)鶏ﾓﾓ(ｺﾏ切れ) 蒸水煮大根輪切り(冷凍) 蒸人参乱切り (冷凍) カットインゲン(冷凍) 白だし 砂糖 醤油 みりん ポテトサラダ じゃがいも乱切り(冷凍) 胡瓜 人参 食塩 醤油 オレンジ オレンジ	
お		保育園15時おやつL	保育園15時おやつL	保育園15時おやつL	保育園15時おやつL	保育園15時おやつL	
		ココア蒸しパン ホットケーキミックス 牛乳 冷凍森永バター(有塩) ミルクココア りんごジュース りんごジュース	パリンコ ぱりんこ 牛乳(100) 森永のおいしい牛乳	まがりせんべい まがりせんべい 牛乳(100) 森永のおいしい牛乳	りんごゼリー りんごジュース すりおろしりんごパウチ 砂糖 伊那かんてんｸｯｸ(粉寒天) 牛乳(100) 森永のおいしい牛乳	ムーンライト ムーンライト 牛乳(100) 森永のおいしい牛乳	

予定・実施献立表(1週間)

こども園つばめ　献立種類:保育園　展開食種:常食　献立S:[CCC]　料理S:[全て全て全て]

	2026/10/19 (月)	2026/10/20 (火)	2026/10/21 (水)	2026/10/22 (木)	2026/10/23 (金)	2026/10/24 (土)	2026/10/25 (日)
朝	保育園10時おやつ	保育園10時おやつ	保育園10時おやつ	保育園10時おやつ	保育園10時おやつ		
	マンナ(ｿﾌﾄﾋﾞｽｹｯﾄ) マンナビスケット	ソフトせんべい 赤ちゃんせんべい	おやさいせんべい(2枚) ｱﾝﾊﾟﾝﾏﾝのおやさいせんべい	かっぱえびせん(保育園) かっぱえびせん(塩分ｶｯﾄ)	ふんわりコーン ふんわりコーン		
	ごはん（45） 米(寿便)(国内産) 絹揚げのそぼろあん 絹厚揚げ 人参 合ミンチ 料理酒 砂糖 醤油 みりん 片栗粉 大根としらすのサラダ しらす 蒸水煮大根千切り(冷凍) 千切り人参(冷凍) 乾燥カットわかめ 白すりごま 酢 砂糖 バナナ ﾊﾞﾅﾅ	ごはん（45） 米(寿便)(国内産) 白身魚の煮物 ｶﾗｽｶﾚｲ切身(骨取・皮無) 醤油 みりん 料理酒 豆腐と野菜のみそ汁 木綿豆腐 蒸たまねぎスライス10mm(冷凍) 千切り人参(冷凍) 乾燥カットわかめ 味噌 白だし オレンジ オレンジ	ごはん（45） 米(寿便)(国内産) 豚肉とごぼうの味噌炒め 豚肩ローススライス ささがきごぼう(冷凍) 蒸たまねぎスライス10mm(冷凍) 蒸人参乱切り（冷凍） グリーンピース(冷凍) ごま油 白だし 醤油 砂糖 みりん 料理酒 味噌 白すりごま キャベツとハムの中華サラダ キャベツ乱切り(冷凍) 胡瓜 ﾛｰｽﾊﾑ 醤油 砂糖 酢 丸鶏がらスープ ごま油(200g) バナナ ﾊﾞﾅﾅ	ちゃんぽん麺 冷凍中華麺 創味シャンタンDX 豚肩ローススライス ムキエビ 人参 キャベツ乱切り(冷凍) ホールコーン(冷凍) もやし(緑豆もやし) 紅蒲鉾(冷凍ｽﾗｲｽ) 料理油 丸鶏がらスープ 醤油 片栗粉 上白糖 ほうれん草のごま和え ホウレン草(冷凍) 千切り人参(冷凍) 白すりごま 白だし 砂糖 醤油 みりん オレンジ オレンジ	ごはん（45） 米(寿便)(国内産) ポークビーンズ 豚肩ローススライス 水煮大豆 人参 蒸たまねぎスライス10mm(冷凍) 料理油 醤油 砂糖 白だし きゅうりとツナのサラダ　完 キャベツ乱切り(冷凍) 胡瓜 ツナフレーク ホールコーン(冷凍) 醤油 砂糖 白だし バナナ ﾊﾞﾅﾅ		
お	保育園15時おやつL	保育園15時おやつL	保育園15時おやつL	保育園15時おやつL	保育園15時おやつL		
	パリンコ ぱりんこ 牛乳(100) 森永のおいしい牛乳	きなこ蒸しパン ホットケーキミックス きな粉 砂糖 牛乳 冷凍森永バター(有塩) りんごジュース りんごジュース	ﾐﾐﾅｼ食パン ﾐﾐﾅｼ食ﾊﾟﾝ 牛乳(100) 森永のおいしい牛乳	パリンコ ぱりんこ 牛乳(100) 森永のおいしい牛乳	ロールパン 北海道ﾊﾞﾀｰ使用ﾊﾞﾀｰﾛｰﾙ 牛乳(100) 森永のおいしい牛乳		

予定・実施献立表(1週間)

こども園つばめ　献立種類:保育園　展開食種:常食　献立S:[CCC]　料理S:[全て全て全て]

	2026/10/26 (月)	2026/10/27 (火)	2026/10/28 (水)	2026/10/29 (木)	2026/10/30 (金)	2026/10/31 (土)
朝	保育園10時おやつ	保育園10時おやつ	保育園10時おやつ	保育園10時おやつ	保育園10時おやつ	保育園10時おやつ
	マンナ(ｿﾌﾄﾋﾞｽｹｯﾄ) マンナビスケット	ソフトせんべい 赤ちゃんせんべい	おやさいせんべい(2枚) ｱﾝﾊﾟﾝﾏﾝのおやさいせんべい	かっぱえびせん(保育園) かっぱえびせん(塩分ｶｯﾄ)	ふんわりコーン ふんわりコーン	ハーベスト(2枚) ハーベスト(香ばしセサミ)
	ごはん（45） 米(寿便)(国内産) じゃがいもの小判焼き じゃがいも乱切り(冷凍) 合ミンチ 蒸玉ねぎダイス5mm(冷凍) 千切り人参(冷凍) 料理油 醤油 砂糖 みりん ほうれん草とコーンのサラダ 冷凍ほうれん草 ホールコーン(冷凍) 白だし 砂糖 醤油 みりん オレンジ オレンジ	ごはん（45） 米(寿便)(国内産) 豚肉と野菜の炒め物 豚バラスライス キャベツ乱切り(冷凍) 蒸たまねぎスライス10mm(冷凍) 人参 絹さや(冷凍) 料理油 醤油 上白糖 みりん きゅうりとハムのサラダ キャベツ乱切り(冷凍) 胡瓜 ﾛｰｽﾊﾑ 白だし 醤油 砂糖 バナナ ﾊﾞﾅﾅ	ごはん（45） 米(寿便)(国内産) 白身魚の煮付け ｶﾗｽｶﾚｲ切身(骨取・皮無) 醤油 みりん 料理酒 野菜たっぷりわかめスープ 乾燥カットわかめ 蒸たまねぎスライス10mm(冷凍) 千切り人参(冷凍) 丸鶏がらスープ 醤油 食塩 白すりごま オレンジ オレンジ	ごはん（45） 米(寿便)(国内産) 炒り豆腐 木綿豆腐 豚バラスライス 蒸たまねぎスライス10mm(冷凍) 人参 キャベツ乱切り(冷凍) 料理油 砂糖 醤油 グリーンピース(冷凍) 春雨サラダ 春雨(9cmｶｯﾄ) 胡瓜 ロースハム 醤油 砂糖 白だし バナナ バナナ	秋の実りカレーライス 米(寿便)(国内産) 豚バラスライス 料理油 蒸たまねぎスライス10mm(冷凍) さつまいも10mmダイス(冷凍) 蒸人参乱切り（冷凍） とろけるカレー(甘口) キャベツとツナのサラダ キャベツ乱切り(冷凍) 胡瓜 ツナフレーク ホールコーン(冷凍) 醤油 砂糖 白だし かぼちゃムース 冷凍かぼちゃムース	
お	保育園15時おやつL	保育園15時おやつL	保育園15時おやつL	保育園15時おやつL	保育園15時おやつL	保育園15時おやつL
	いちごジャム蒸しパン ホットケーキミックス 牛乳 冷凍森永バター(有塩) イチゴソース 砂糖 りんごジュース りんごジュース	おにぎりせんべい おにぎりせんべい 牛乳(100) 森永のおいしい牛乳	マカロニきなこ カールマカロニ きな粉 砂糖 牛乳(100) 森永のおいしい牛乳	パリンコ ぱりんこ 牛乳(100) 森永のおいしい牛乳	ﾛｱﾝﾇﾊﾞﾆﾗ(ｺﾞｰﾌﾚｯﾄ) ロアンヌバニラ(ｺﾞｰﾌﾚｯﾄ) 牛乳(100) 森永のおいしい牛乳	チョイスクッキー チョイスクッキー 牛乳(100) 森永のおいしい牛乳