



2020年度 10月 予定献立表(完了期食)

作成者: フェルマータ小規模保育園

日	曜	昼食	おやつ 午前/午後
1	木	・ごはん・麩のすまし汁・鶏肉のねぎ味噌焼き・里いものそぼろ煮	・クラッカー/・お月見団子
2	金	・スパゲティミートソース・コーンスープ・大豆のフレンチサラダ・バナナ	・ウエハース/・ビスケット
3	土	・中華丼ぶり・チンゲン菜スープ・オレンジ	・ポーロ/・白い風船
4	日		
5	月	・ごはん・ビーフンスープ・鶏のから揚げ・茎わかめの中華和え	・ビスケット/・牛乳ケーキ
6	火	・ごはん・かぼちゃの豆乳味噌汁・厚揚げの和風カレー煮・キャベツの酢の物	・ビスコ/・さつま芋のバター焼き
7	水	・ごはん・レタスとウィンナースープ・鮭のパン粉焼き・ブロッコリーとじゃが芋サラダ	・せんべい/・フルーツ寒天
8	木	・ごはん・大根の味噌汁・鶏すきやき・梨	・クラッカー/・チーズ蒸しパン
9	金	・ロールパン・白菜のスープ・ポークチャップ・ポテトサラダ	・ウエハース/・ツナそぼろおにぎり
10	土	・肉うどん・さつまいもとひじきの煮物・りんご	・ポーロ/・どうぶつビスケット
11	日		
12	月	・秋野菜カレー・切干大根とハムのサラダ・フルーツゼリー	・ビスケット/・かぼちゃ蒸しパン
13	火	・ごはん・じゃが芋の味噌汁・鶏肉のごま照り焼き・キャベツの昆布和え	・ビスコ/・甘食
14	水	・ごはん・のっぺい汁・さわらの西京焼き・れんこんの金平	・せんべい/・ストロベリーのクラッカーサンド
15	木	・鶏そぼろ丼・わかめ汁・じゃが芋のツナ煮	・クラッカー/・ロールパン
16	金	・ごはん・大根の中華スープ・たらのケチャップからめ・ほうれん草のナムル	・ウエハース/・お野菜スナック
17	土	・鮭チャーハン・豆腐としいたけのスープ・バナナ	・ポーロ/・アスパラガスビスケット
18	日		
19	月	・味噌ラーメン・ジャーマンかぼちゃ・フルーツヨーグルト	・ビスケット/・蒸しじゃが芋
20	火	・ごはん・豆腐の味噌汁・白身魚の甘酢あんかけ・千草和え	・ビスコ/・レーズンのスコーン
21	水	・ごはん・セロリのスープ・鶏肉のコーンフレーク焼き・キャベツのサラダ	・せんべい/・高野豆腐ピザ
22	木	・ごはん・なめこの味噌汁・豚肉のみぞれ煮・ほうれん草と豆腐のごま和え	・クラッカー/・麩のきな粉ラスク
23	金	・ごはん・トマトスープ・ハムカツ・マカロニサラダ	・ウエハース/・蒸しかぼちゃ
24	土	・ハヤシライス・ごぼうのマヨドレサラダ・オレンジ	・ポーロ/・星たべよせんべい
25	日		
26	月	・ごはん・もずくスープ・ホイコーロ・きゅうりの中華和え	・ビスケット/・蒸しさつま芋
27	火	・ごはん・鶏肉のすまし汁・たらのもみじ焼き・もやしのカレー炒め	・ビスコ/・みかん豆乳寒天
28	水	・マーボー丼・白菜の中華スープ・春雨サラダ	・せんべい/・バームクーヘン
29	木	・ごはん・里芋の味噌汁・赤魚の煮付け・大豆とひじきの和え物	・クラッカー/・りんごマフィン
30	金	・ロールパン・かぼちゃのシチュー・さつま芋サラダ・柿	・ウエハース/・クッキー
31	土	・ツナサンド・鶏肉と野菜のスープ・バナナ	・ポーロ/・お野菜スナック

* 献立は変更することがあります。ご了承ください。

* 素材本来の味を大切に、薄味を心がけて味付けします。



2020年度 10月 予定献立表(後期食)

作成者: フェルマータ小規模保育園

日	曜	昼食	午後のおやつ
1	木	・軟飯・白菜のスープ・ささ身の煮付け・人参の旨煮	・蒸しさつま芋
2	金	・野菜うどん・ブロッコリーのやわらか煮・バナナ	・ビスケット
3	土	・そぼろあんかけ丼(軟飯)・チンゲン菜のスープ・オレンジ	・ハイハイ
4	日		
5	月	・軟飯・白菜のスープ・ささみの煮物・にんじんスティック	・ウエハース
6	火	・軟飯・かぼちゃのスープ・大根のそぼろ煮・キャベツときゅうりの旨煮	・蒸しさつま芋
7	水	・軟飯・人参スープ・鮭の煮付け・ブロッコリーとじゃがいもの煮物	・ハイハイ
8	木	・軟飯・大根スープ・鶏肉と野菜の炊き合わせ・梨のコンポート	・蒸しパン
9	金	・ロールパン・白菜のスープ・ささみと玉ねぎの煮物・じゃがいもの煮物	・おにぎり(軟飯)
10	土	・そぼろうどん・さつまいもの煮物・りんごコンポート	・お野菜スナック
11	日		
12	月	・そぼろ丼(軟飯)・さつま芋スープ・きゅうりの旨煮	・蒸しかぼちゃ
13	火	・軟飯・じゃが芋スープ・野菜のそぼろ煮・キャベツときゅうりの旨煮	・ハイハイ
14	水	・軟飯・のっぺい汁・煮魚(鮭)・大根の旨煮	・ウエハース
15	木	・軟飯・白菜スープ・肉団子煮・じゃが芋と玉ねぎの旨煮	・ロールパン
16	金	・軟飯・大根スープ・煮魚(たら)・ほうれん草のやわらか煮	・お野菜スナック
17	土	・鶏ひき肉と野菜のまぜ軟飯・大根とチンゲン菜のスープ・バナナ	・ハイハイ
18	日		
19	月	・煮込みうどん・かぼちゃの煮物・人参のやわらか煮	・蒸しじゃが芋
20	火	・軟飯・豆腐のスープ・煮魚(赤魚)・ほうれん草のやわらか煮	・ポーロ
21	水	・軟飯・じゃが芋のスープ・ささ身の煮付け・きゅうりにんじんスティック	・ハイハイ
22	木	・軟飯・キャベツのスープ・大根のそぼろ煮・野菜と豆腐の旨煮	・ビスケット
23	金	・軟飯・じゃが芋スープ・鶏団子のトマト煮・キャベツのやわらか煮	・蒸しかぼちゃ
24	土	・あんかけ丼(軟飯)・小松菜のやわらか煮・オレンジ	・お野菜スナック
25	日		
26	月	・軟飯・白菜とたまねぎのスープ・キャベツのそぼろ煮・野菜スティック	・蒸しさつま芋
27	火	・軟飯・ほうれん草スープ・煮魚(たら)・人参とキャベツの旨煮	・ハイハイ
28	水	・マーボー丼(軟飯)・白菜のスープ・きゅうりスティック	・ウエハース
29	木	・軟飯・玉ねぎスープ・煮魚(赤魚)・人参と小松菜の旨煮	・りんごのコンポート
30	金	・ロールパン・かぼちゃスープ・肉団子煮・蒸しさつま芋	・ビスケット
31	土	・食パン・ささみと野菜のスープ煮・ほうれん草のやわらか煮・バナナ	・お野菜スナック

* 献立は変更することがあります。ご了承ください。

* 素材本来の味を大切に、薄味を心がけて味付けします。



2020年度 10月 予定献立表(中期食)

作成者: フェルマータ小規模保育園

日	曜	昼食
1	木	・おかゆ・白菜のスープ・ささ身の煮付け・人参の旨煮
2	金	・野菜うどん・ブロッコリーのやわらか煮・バナナ
3	土	・そぼろあんかけ丼(おかゆ)・チンゲン菜のスープ・オレンジ
4	日	
5	月	・おかゆ・白菜のスープ・ささみの煮物・にんじんのやわらか煮
6	火	・おかゆ・かぼちゃのスープ・大根のそぼろ煮・キャベツときゅうりの旨煮
7	水	・おかゆ・人参スープ・鮭の煮付け・ブロッコリーとじゃがいもの煮物
8	木	・おかゆ・大根スープ・鶏肉と野菜の炊き合わせ・梨のコンポート
9	金	・パン粥・白菜のスープ・ささみと玉ねぎの煮物・じゃがいもの煮物
10	土	・そぼろうどん・さつまいもの煮物・りんごコンポート
11	日	
12	月	・そぼろ丼(おかゆ)・さつまいもスープ・きゅうりの旨煮
13	火	・おかゆ・じゃが芋スープ・野菜のそぼろ煮・キャベツときゅうりの旨煮
14	水	・おかゆ・のっぺい汁・煮魚(鮭)・大根の旨煮
15	木	・おかゆ・白菜スープ・肉団子煮・じゃが芋と玉ねぎの旨煮
16	金	・おかゆ・大根スープ・煮魚(たら)・ほうれん草のやわらか煮
17	土	・鶏ひき肉と野菜のまぜおかゆ・大根とチンゲン菜のスープ・バナナ
18	日	
19	月	・煮込みうどん・かぼちゃの煮物・人参のやわらか煮
20	火	・おかゆ・豆腐のスープ・煮魚(赤魚)・ほうれん草のやわらか煮
21	水	・おかゆ・じゃが芋のスープ・ささ身の煮付け・きゅうりとにんじんのやわらか煮
22	木	・おかゆ・キャベツのスープ・大根のそぼろ煮・野菜と豆腐の旨煮
23	金	・おかゆ・じゃが芋スープ・鶏団子のトマト煮・キャベツのやわらか煮
24	土	・あんかけ丼(おかゆ)・小松菜のやわらか煮・オレンジ
25	日	
26	月	・おかゆ・白菜とたまねぎのスープ・キャベツのそぼろ煮・きゅうりと人参の旨煮
27	火	・おかゆ・ほうれん草スープ・煮魚(たら)・人参とキャベツの旨煮
28	水	・マーボー丼(おかゆ)・白菜のスープ・きゅうりのやわらか煮
29	木	・おかゆ・玉ねぎスープ・煮魚(赤魚)・人参と小松菜の旨煮
30	金	・パン粥・かぼちゃスープ・肉団子煮・蒸しさつまいも
31	土	・パン粥・ささみと野菜のスープ煮・ほうれん草のやわらか煮・バナナ

* 献立は変更することがあります。ご了承ください。

* 素材本来の味を大切にし、薄味を心がけて味付けします。



2020年度 10月 予定献立表(初期食)

作成者:フェルマータ小規模保育園

日	曜	昼食
1	木	・おかゆペースト・はくさいのペースト・にんじんペースト
2	金	・おかゆペースト・ブロッコリーのペースト・バナナペースト
3	土	・おかゆペースト・たまねぎペースト・にんじんペースト
4	日	
5	月	・おかゆペースト・はくさいのペースト・にんじんペースト
6	火	・おかゆペースト・かぼちゃペースト・キャベツペースト
7	水	・おかゆペースト・ブロッコリーのペースト・じゃがいもペースト
8	木	・おかゆペースト・大根ペースト・こまつなペースト
9	金	・おかゆペースト・はくさいのペースト・にんじんペースト
10	土	・おかゆペースト・たまねぎペースト・さつまいもペースト
11	日	
12	月	・おかゆペースト・さつまいもペースト・たまねぎペースト
13	火	・おかゆペースト・キャベツペースト・じゃがいもペースト
14	水	・おかゆペースト・大根ペースト・にんじんペースト
15	木	・おかゆペースト・はくさいのペースト・じゃがいもペースト
16	金	・おかゆペースト・ほうれん草のペースト・キャベツペースト
17	土	・おかゆペースト・にんじんペースト・大根ペースト
18	日	
19	月	・おかゆペースト・かぼちゃペースト・たまねぎペースト
20	火	・おかゆペースト・はくさいのペースト・ほうれん草のペースト
21	水	・おかゆペースト・じゃがいもペースト・にんじんペースト
22	木	・おかゆペースト・大根ペースト・ほうれん草のペースト
23	金	・おかゆペースト・キャベツペースト・トマトのうらごし
24	土	・おかゆペースト・じゃがいもペースト・こまつなペースト
25	日	
26	月	・おかゆペースト・キャベツペースト・にんじんペースト
27	火	・おかゆペースト・ほうれん草のペースト・大根ペースト
28	水	・おかゆペースト・はくさいのペースト・たまねぎペースト
29	木	・おかゆペースト・こまつなペースト・にんじんペースト
30	金	・おかゆペースト・かぼちゃペースト・さつまいもペースト
31	土	・おかゆペースト・ほうれん草のペースト・じゃがいもペースト

* 献立は変更することがあります。ご了承ください。

* 素材本来の味を大切にし、薄味を心がけて味付けします。