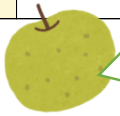


ハピネス保育園へびた 10月の幼児食 2025年

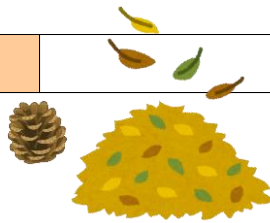
	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1	2	3	4
昼食	 食欲の秋！！ たくさん食べ		ご飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 バナナ	ご飯 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーのゴマ和え コンソメスープ りんご	きのことご飯 さけの塩焼き さつま芋の甘煮 わかめのすまし汁 梨	
	6	7	8	9	10	11
昼食	ご飯 たらのみそマヨ焼き 蒸しかぼちゃ けんちん汁 バナナ	ビビンバ 白菜の煮びたし えのきのみそ汁 キウイフルーツ	秋野菜のナポリタン ブロッコリーのごまあえ かぶのスープ りんご	ご飯 揚げ豆腐の和風あんかけ きゅうりともやしの酢の物 じゃがいものみそ汁 バナナ	ご飯 さわらのムニエル じゃが芋炒め わかめスープ 梨	
	13	14	15	16	17	18
昼食		ご飯 さばのカレー風味焼き 切干し大根の旨煮 さつまいものみそ汁 みかん缶	三色どんぶり 蒸し鶏とブロッコリーの和え物 すまし汁 柿	さつま芋御飯 たらほイル焼き にんじんしりしり えのきのすまし汁 バナナ	ご飯 豚肉のすき焼き風煮物 小松菜とコーンの和え物 かぶのみそ汁 キウイフルーツ	
	20	21	22	23	24	25
昼食	ビーンズライス 豆腐スープ オレンジ	里芋とベーコンの炊き込みご飯 ふわふわきのこバーグ 大根のフレンチサラダ 仙台芭蕉菜とちくわのごま和え かぼちゃの豆乳みそスープ りんご	ご飯 ぶりの照り焼き きんぴらごぼう 大根となめこのみそ汁 グレープフルーツ	ご飯 鶏のから揚げ 切干し大根のサラダ おくらスープ バナナ	きつねうどん ほうれん草とツナの酢和え りんご	
	27	28	29	30	31	
昼食	ご飯 豆腐の松風焼き キャベツと油揚げの炒め煮 みそ汁 バナナ	ラーメン かぼちゃの甘煮 オレンジ	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き れんこんとひじきのサラダ 白菜のすまし汁 りんご	ご飯 厚揚げと豚肉のみそ煮 はるさめサラダ 中華スープ バナナ	ロールパン かぼちゃグラタン コーンスープ フルーツポンチ	

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

	I 補給 - kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩 g
3才以上児	557	21.9	18	1.7
目標量	532	21.3	14.8	1.5
3才未満児	454	17.8	14.7	1.4
目標量	465	18.6	12.9	1.4

【服部クッキング監修メニュー】献立担当の方からのメッセージ
秋は実りの季節。みんなはご飯、たくさん食べてくれていますか？
今回は寒くなってくるとおいしい、里芋を味付けご飯にしました。
そして、きのこをたっぷり入れた柔らかいハンバーグです。もうひとつは
宮城県の伝統野菜「仙台芭蕉菜」をごま和えにしました。
風邪を予防して、みんなの元気を守ります。おいしく、いっぱい食べてく

ハピネス保育園へびた 🎃👑🎃👑🎃👑 10月の離乳食(12-18ヶ月) 🎃👑🎃👑🎃👑 2025年

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
					1		2		3		4	
昼食	 食欲の秋！！ たくさん食べて				軟飯 スタミナ納豆 昆布の煮物 切り干し大根のみそ汁 バナナ		軟飯 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーのゴマ和え コンソメスープ りんご		きのことご飯 さけの塩焼き さつま芋の甘煮 わかめのすまし汁 梨			
	6		7		8		9		10		11	
昼食	軟飯 たらのみそマヨ焼き 蒸しかぼちゃ けんちん汁 バナナ		ビビンバ(軟飯) 白菜の煮びたし えのきのみそ汁 キウイフルーツ		秋野菜のナポリタン ブロッコリーのごまあえ かぶのスープ りんご		軟飯 揚げ豆腐の和風あんかけ きゅうりともやしの酢の物 じゃがいものみそ汁 バナナ		軟飯 さわらのムニエル 鮭のパン粉焼き じゃが芋炒め わかめスープ梨			
	13		14		15		16		17		18	
昼食			軟飯 さばのカレー風味焼き 切干し大根の旨煮 さつまいものみそ汁 みかん缶		鶏肉の照り焼き丼(軟飯) 蒸し鶏とブロッコリーの和え すまし汁 柿		さつま芋ご飯(軟飯) タラのホイル焼き にんじんしりしり えのきのすまし汁 バナナ		軟飯 豚肉のすき焼き風煮物 小松菜とコーンの和え物 かぶのみそ汁 キウイフルーツ			
	20		21		22		23		24		25	
昼食	ビーンズライス 豆腐スープ オレンジ		里芋とベーコンの炊き込みご飯 ふわふわきのこバーグ 大根のフレンチサラダ 仙台芭蕉菜とちくわのごま和え かぼちゃの豆乳みそスープ、りんご		軟飯 ぶりの照り焼き きんぴらごぼう 大根となめこのみそ汁 グレープフルーツ		軟飯 鶏のから揚げ 切干し大根のサラダ おくらスープ バナナ		きつねうどん ほうれん草とツナの酢和え りんご			
	27		28		29		30		31			
昼食	軟飯 豆腐の松風焼き キャベツと油揚げの炒め煮 みそ汁 バナナ		ラーメン かぼちゃの甘煮 オレンジ		軟飯 鮭のちゃんちゃん焼き れんこんとひじきのサラダ 白菜のすまし汁 りんご		軟飯 厚揚げと豚肉のみそ煮 はるさめサラダ 中華スープ バナナ		ロールパン かぼちゃグラタン コーンスープ フルーツポンチ			

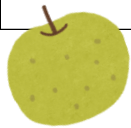
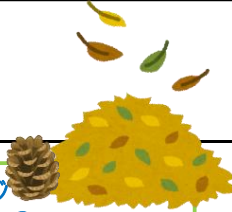
☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

【服部クッキング監修メニュー】献立担当の方からのメッセージ
 秋は実りの季節。みんなはご飯、たくさん食べてくれていますか？
 今回は寒くなってくるとおいしい、里芋を味付けご飯にしました。
 そして、きのこをたっぷり入れた柔らかいハンバーグです。もうひとつは宮城
 県の伝統野菜「仙台芭蕉菜」をごま和えにしました。
 風邪を予防して、みんなの元気を守ります。おいしく、いっぱい食べてくだ
 いね！

10月の離乳食(9-11ヶ月)

ハピネス保育園へびた 🍵🍵🍵🍵🍵🍵

🍵🍵🍵🍵🍵🍵 2025年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1	2	3	4
昼食		食欲の秋！！ たくさん食べて 元気に過ごそう	5倍粥 スタミナ納豆 切り干し大根のみそ汁 バナナ ミルク	5倍粥 鶏肉のトマト煮、コンソメ スープ、りんご、ミルク	きのこご飯、さけの出汁 煮、わかめのすまし汁、 梨、ミルク	
	6	7	8	9	10	11
昼食	5倍粥、タラのみそ煮、けん ちん汁、バナナ、ミルク	5倍粥、野菜そぼろ煮、えの きのスープ、バナナ、ミル ク	ナポリタン、かぶのスー プ、りんご、ミルク	5倍粥、豆腐の和風あんか け、じゃがいものみそ汁、 オレンジ、ミルク	5倍粥、さけのしょうゆ煮、 わかめスープ（コーン）、 梨、ミルク	
	13	14	15	16	17	18
昼食		5倍粥、さけと野菜の煮物、 さつまいもとしめじのみそ 汁、オレンジ、ミルク	5倍粥、鶏の照り焼き、すま し汁（じゃが芋）、オレン ジ、ミルク	さつま芋御飯（五倍粥）、 タラのホイル焼き、えのき のすまし汁、バナナ、ミル ク	5倍粥、豚肉のすき焼き風煮 物、みそ汁、りんご、ミル ク	
	20	21	22	23	24	25
昼食	5倍粥、ポトフ、わかめのす まし汁、オレンジ、ミルク	5倍粥、かぼちゃ入り鶏つく ね、里芋とツナの豆乳煮、 小松菜とコーンの味噌汁、 りんご、ミルク	5倍粥、鮭のみそ煮、豆腐み そ汁（なめこ）、バナナ、 ミルク	5倍粥、鶏ひき肉の野菜煮、 おくらスープ、バナナ、ミ ルク	野菜うどん（9-11）、小松 菜のあえ物、りんご、ミル ク	
	27	28	29	30	31	
昼食	5倍粥、豆腐と野菜の煮物、 じゃがいものみそ汁、りん ご、ミルク	みそうどん、にらコーン （9-11）、かぼちゃの甘 煮、オレンジ、ミルク	5倍粥、鮭のもみじあんかけ 煮、すまし汁（白菜・えの き）、りんご、ミルク	5倍粥、鶏肉のごまみそ焼、 中華スープ、バナナ、ミル ク	食パン、かぼちゃのシ チュー、オレンジ、バナ ナ、ミルク	

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。
☆昼食後のミルクは、個人に合わせて提供しています。

【服部クッキング監修メニュー】献立担当の方からのメッセージ
秋は実りの季節。みんなはご飯、たくさん食べてくれますか？
今回は寒くなってくるとおいしい、里芋を味付けご飯にしました。
そして、きのこをたっぷり入れた柔らかいハンバーグです。もうひとつは宮城
県の伝統野菜「仙台芭蕉菜」をごま和えにしました。
風邪を予防して、みんなの元気を守ります。おいしく、いっぱい食べてくださ
いね！

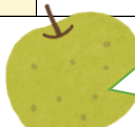
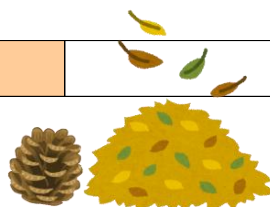
ハピネス保育園へびた🎃👼🎃👼🎃👼 10月の離乳食(7-8ヶ月)🎃👼🎃👼🎃👼 2025年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1	2	3	4
昼食		食欲の秋！！ たくさん食べて	7倍粥、納豆、たまねぎのすまし汁、バナナ、ミルク	7倍粥、鶏ささみトマト煮、コンソメスープ、りんご、ミルク	7倍粥、さけ煮、野菜のすまし汁、梨、ミルク	
	6	7	8	9	10	11
昼食	7倍粥、鮭のあんかけ煮、にんじんのすまし汁、バナナ、ミルク	7倍粥、ささみの野菜とろみ煮、かぶのすまし汁、オレンジ、ミルク	和風野菜パスタ、豆腐のスープ、りんご、ミルク	7倍粥、豆腐の和風あんかけ、オレンジ、ミルク	7倍粥、さけ煮、じゃがいものすまし汁、梨、ミルク	
	13	14	15	16	17	18
昼食		7倍粥、ツナと野菜の煮物、さつまいものすまし汁、オレンジ、ミルク	7倍粥、そぼろ煮、すまし汁(じゃが芋)、バナナ、ミルク	7倍粥、さけ煮、野菜のすまし汁、バナナ、ミルク	7倍粥、鶏ささみと人参の出汁煮、かぶのすまし汁、オレンジ、ミルク	
	20	21	22	23	24	25
昼食	7倍粥、ポトフ、人参のすまし汁、オレンジ、ミルク	7倍粥、鶏ささみとさつまいもの煮物、小松菜とコーンのすまし汁、りんご、ミルク	7倍粥、鮭の野菜煮、大根のすまし汁、バナナ、ミルク	7倍粥、鶏ささみの納豆煮、おくらスープ、バナナ、ミルク	うどん、こまつなのあえ、りんご、ミルク	
	27	28	29	30	31	
昼食	7倍粥、豆腐と野菜の煮物、すまし汁、りんご、ミルク	温そうめん、かぼちゃの甘煮、オレンジ、ミルク	7倍粥、さけの出汁煮、はくさいのすまし汁、りんご、ミルク	7倍粥、豆腐と青菜のとりみ煮、すまし汁、バナナ、ミルク	食パン、かぼちゃのシチュー、キャベツのツナ和え、オレンジ、ミルク	

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。
☆昼食後のミルクは、個人に合わせて提供しています。

【服部クッキング監修メニュー】献立担当の方からのメッセージ
秋は実りの季節。みんなはご飯、たくさん食べてくれていますか？
今回は寒くなってくるとおいしい、里芋を味付けご飯にしました。
そして、きのこをたっぷり入れた柔らかいハンバーグです。もうひとつは宮城県の伝統野菜「仙台芭蕉菜」をごま和えにしました。
風邪を予防して、みんなの元気を守ります。おいしく、いっぱい食べてくださいね！

ハピネス保育園へびた🎃🎃🎃🎃🎃🎃10月の幼児食(小麦・卵アレルギー🎃🎃🎃🎃🎃🎃)2025年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1	2	3	4
昼食	 食欲の秋！！ たくさん食べて		ご飯、スタミナ納豆、昆布の煮物、切り干し大根のみそ汁、バナナ	ご飯、鶏肉のトマト煮、ブロッコリーのゴマ和え、コンソメスープ、りんご	きのこご飯、さつま芋の甘煮、さけの塩焼き、わかめのすまし汁、グレープフルーツ	
	6	7	8	9	10	11
昼食	ご飯、たらのみそマヨ焼き、蒸しかぼちゃ、けんちん汁、バナナ	ビビンバ、白菜の煮びたし、えのきのみそ汁、キウイフルーツ	秋野菜のナポリタン、ブロッコリーのごまあえ、かぶのスープ、りんご	ご飯、揚げ豆腐の和風あんかけ、きゅうりともやしの酢の物、じゃがいものみそ汁、バナナ	ご飯、さわらのムニエル、鮭のパン粉焼き、じゃが芋炒め、わかめスープ、梨	
	13	14	15	16	17	18
昼食	 スポーツの日	ご飯、さばのカレー風味焼き、切干し大根の旨煮、さつまいものみそ汁、みかん缶	鶏肉の照り焼き丼、蒸し鶏とブロッコリーの和え物、柿、すまし汁（じゃが芋）	さつま芋御飯、タラのホイル焼き、にんじんしりしり、えのきのすまし汁、バナナ	ご飯、豚肉のすき焼き風煮物、小松菜とコーンの和え物、かぶのみそ汁、キウイフルーツ	
	20	21	22	23	24	25
昼食	ビーンズライス、豆腐スープ（にら）、オレンジ	里芋とベーコンの炊き込みご飯、ふわふわきのこバーグ、大根のフレンチサラダ、・仙台芭蕉菜とちくわのごま和え、かぼちゃの豆乳み	ご飯、ぶりの照り焼き、きんぴらごぼう、大根となめこのみそ汁、梨	ご飯、鶏のから揚げ、切干し大根のサラダ、おくらスープ、バナナ	きつねうどん、小松菜のしらす和え、バナナ	
	27	28	29	30	31	
昼食	ご飯、豆腐の松風焼き、キャベツと油揚げの炒め煮、みそ汁、バナナ	ラーメン（もやし・にら）、かぼちゃの甘煮、オレンジ	ご飯、鮭のちゃんちゃん焼き(卵対)、れんこんとひじきのサラダ、白菜のすまし汁、りんご	ご飯、厚揚げと豚肉のみそ煮、はるさめサラダ、中華スープ、バナナ	ロールパン(米粉パン)、かぼちゃグラタン、コーンスープ（ねぎ）、フルーツポンチ、柿	

☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

【服部クッキング監修メニュー】献立担当の方からのメッセージ
秋は実りの季節。みんなはご飯、たくさん食べてくれていますか？
今回は寒くなってくるとおいしい、里芋を味付けご飯にしました。
そして、きのこをたっぷり入れた柔らかいハンバーグです。もうひとつは宮城県の伝統野菜「仙台芭蕉菜」をごま和えにしました。
風邪を予防して、みんなの元気を守ります。おいしく、いっぱい食べてくださ