

11月 離乳食献立

中期食(5～8か月)			後期食(9～11か月)		
昼食			昼食		おやつ
	献立名	主な材料	献立名	主な材料	献立名と材料
1 土	あんかけごはん 根菜煮 具なしスープ	米・豚ひき肉・コーン・ほうれん草 じゃが芋・人参・きゅうり	あんかけごはん 根菜煮 味噌汁	米・豚ひき肉・コーン・ほうれん草 じゃが芋・人参・きゅうり 玉ねぎ・人参	食パン/豆乳スープ 食パン 豆乳・玉ねぎ
4 火	煮込みうどん きゅうりの和え物	うどん・豚ひき肉・人参・キャベツ きゅうり・コーン・もやし	煮込みうどん きゅうりの和え物	うどん・豚ひき肉・人参・キャベツ きゅうり・コーン・もやし	しらすごはん 米・しらす
5 水	5倍がゆ そぼろ煮 二色野菜煮 具なしスープ	米 鶏ひき肉・玉ねぎ 人参・じゃが芋	軟飯 肉団子 二色野菜煮 味噌汁	米 鶏ひき肉・玉ねぎ 人参・じゃが芋 豆腐	ホットケーキ 豆乳 ホットケーキミックス
6 木	パンがゆ トマト煮 コーンの和え物 具なしスープ	食パン・豆乳 人参・玉ねぎ・豚ひき肉・じゃが芋・トマト缶 人参・コーン	食パン トマト煮 コーンの和え物 ほうれん草スープ	食パン 人参・玉ねぎ・豚ひき肉・じゃが芋・トマト缶 人参・コーン ほうれん草	人参がゆ 米・人参・豚ひき肉
7 金	あんかけごはん きゅうりとわかめの和え物 具なしスープ	米・鶏ひき肉・じゃが芋・人参 わかめ・きゅうり・もやし	あんかけごはん きゅうりとわかめの和え物 味噌汁	米・鶏ひき肉・じゃが芋・人参 わかめ・きゅうり・もやし 玉ねぎ	乳児用おかし (赤ちゃんせんべい 又は かぼちゃボーロ)
8 土	まぜごはん 白菜のおひたし 具なしスープ	米・鶏ひき肉・人参 白菜・きゅうり	まぜごはん 白菜のおひたし 味噌汁	米・鶏ひき肉・人参 白菜・きゅうり わかめ	蒸しパン 蒸しパンミックス 豆乳
10 月	断水のため、給食の提供はありません				乳児用おかし (赤ちゃんせんべい 又は かぼちゃボーロ)
11 火	煮込みうどん かぼちゃとツナの和えもの	うどん・豚ひき肉・人参・玉ねぎ かぼちゃ・人参・きゅうり・ツナ	煮込みうどん かぼちゃとツナの和えもの	うどん・豚ひき肉・人参・玉ねぎ かぼちゃ・人参・きゅうり・ツナ	おかかごはん 米・おかか
12 水	5倍がゆ そぼろあん きゅうりの和え物 具なしスープ	米 豚ひき肉・玉ねぎ 人参・きゅうり	軟飯 肉団子 きゅうりの和え物 味噌汁	米 豚ひき肉・玉ねぎ 人参・きゅうり 大根・白菜	人参蒸しパン 蒸しパンミックス 豆乳・人参
13 木	パンがゆ 煮魚 ブロッコリーとしらすの和え物 具なしスープ	食パン・豆乳 タラ ブロッコリー・しらす・コーン	食パン 煮魚 ブロッコリーとしらすの和え物 豆乳スープ	食パン タラ ブロッコリー・しらす・コーン 玉ねぎ・じゃが芋・豆乳・人参	わかめがゆ 米・わかめ
14 金	5倍がゆ 煮魚 根菜煮 具なしスープ	米 カレイ じゃが芋・人参	軟飯 煮魚 根菜煮 味噌汁	米 カレイ じゃが芋・人参 小松菜	ホットケーキ 豆乳 ホットケーキミックス
15 土	あんかけごはん 根菜煮 具なしスープ	米・豚ひき肉・コーン・ほうれん草 じゃが芋・人参・きゅうり	あんかけごはん 根菜煮 味噌汁	米・豚ひき肉・コーン・ほうれん草 じゃが芋・人参・きゅうり 玉ねぎ・人参	食パン/豆乳スープ 食パン 豆乳・玉ねぎ

* おかゆや軟飯の状態は、お子さんの食べ進み具合で調整します。

* 離乳食で調理する白身魚はタイ・ヒラメ・カレイ・タラ・カジキなどです。

11月 離乳食献立

		中期食(5～8か月)		後期食(9～11か月)		
		昼食		昼食		おやつ
		献立名	主な材料	献立名	主な材料	献立名と材料
17	月	あんかけごはん きゅうりとわかめの和え物 具なしスープ	米・鶏ひき肉・じゃが芋・人参 わかめ・きゅうり・もやし	あんかけごはん きゅうりとわかめの和え物 味噌汁	米・鶏ひき肉・じゃが芋・人参 わかめ・きゅうり・もやし 玉ねぎ	コーンフレーク煮 コーンフレーク 豆乳
18	火	煮込みうどん きゅうりの和え物	うどん・豚ひき肉・人参・キャベツ きゅうり・コーン・もやし	煮込みうどん きゅうりの和え物	うどん・豚ひき肉・人参・キャベツ きゅうり・コーン・もやし	しらすごはん 米・しらす
19	水	5倍がゆ そぼろ煮 二色野菜煮 具なしスープ	米 鶏ひき肉・玉ねぎ 人参・じゃが芋	軟飯 肉団子 二色野菜煮 味噌汁	米 鶏ひき肉・玉ねぎ 人参・じゃが芋 豆腐	ホットケーキ 豆乳 ホットケーキミックス
20	木	パンがゆ トマト煮 コーンの和え物 具なしスープ	食パン・豆乳 人参・玉ねぎ・豚ひき肉・じゃが芋・トマト缶 人参・コーン	食パン トマト煮 コーンの和え物 ほうれん草スープ	食パン 人参・玉ねぎ・豚ひき肉・じゃが芋・トマト缶 人参・コーン ほうれん草	人参がゆ 米・人参・豚ひき肉
21	金	さつま芋ごはん そぼろあん ブロッコリーとツナの和え物 具なしスープ	米・さつま芋 鶏ひき肉・玉ねぎ ブロッコリー・ツナ・きゅうり	さつま芋ごはん 肉団子 ブロッコリーとツナの和え物 すまし汁	米・さつま芋 鶏ひき肉・玉ねぎ ブロッコリー・ツナ・きゅうり わかめ	うどん うどん・わかめ 人参・玉ねぎ
22	土	まぜごはん 白菜のおひたし 具なしスープ	米・鶏ひき肉・人参 白菜・きゅうり	まぜごはん 白菜のおひたし 味噌汁	米・鶏ひき肉・人参 白菜・きゅうり わかめ	蒸しパン 蒸しパンミックス 豆乳
25	火	煮込みうどん かぼちゃとツナの和えもの	うどん・豚ひき肉・人参・玉ねぎ かぼちゃ・人参・きゅうり・ツナ	煮込みうどん かぼちゃとツナの和えもの	うどん・豚ひき肉・人参・玉ねぎ かぼちゃ・人参・きゅうり・ツナ	おかかごはん 米・おかか
26	水	5倍がゆ そぼろあん きゅうりの和え物 具なしスープ	米 豚ひき肉・玉ねぎ 人参・きゅうり	軟飯 肉団子 きゅうりの和え物 味噌汁	米 豚ひき肉・玉ねぎ 人参・きゅうり 大根・白菜	人参蒸しパン 蒸しパンミックス 豆乳・人参
27	木	パンがゆ 煮魚 ブロッコリーとしらすの和え物 具なしスープ	食パン・豆乳 タラ ブロッコリー・しらす・コーン	食パン 煮魚 ブロッコリーとしらすの和え物 豆乳スープ	食パン タラ ブロッコリー・しらす・コーン 玉ねぎ・じゃが芋・豆乳・人参	わかめがゆ 米・わかめ
28	金	5倍がゆ 煮魚 根菜煮 具なしスープ	米 カレイ じゃが芋・人参	軟飯 煮魚 根菜煮 味噌汁	米 カレイ じゃが芋・人参 小松菜	ホットケーキ 豆乳 ホットケーキミックス
29	土	鶏がゆ わかめの和え物 具なしスープ	米・鶏ひき肉・コーン・玉ねぎ わかめ・きゅうり・コーン・ツナ	鶏がゆ わかめの和え物 味噌汁	米・鶏ひき肉・コーン・玉ねぎ わかめ・きゅうり・コーン・ツナ キャベツ・人参	コーンがゆ 米・コーン

- * おかゆや軟飯の状態は、お子さんの食べ進み具合で調整します。
- * 離乳食で調理する白身魚はタイ・ヒラメ・カレイ・タラ・カジキなどです。