

2023年11月 離乳食献立表

	初期 5~6カ月頃 (1回食)	中期 7~8カ月頃 (1回食・2回食)	後期 9~11カ月頃 (1回食・2回食)	完了期 12~18カ月頃 (昼食・午後おやつ)
1日 29日 (水)	/		軟飯(お粥+軟飯) サケの照り焼き 小松菜・人参煮 みそ汁(なす・もやし) ヨーグルト	軟飯 サケの照り焼き(ゆず抜き) 小松菜のおかか和え みそ汁 ヨーグルト(パイン缶抜き)
			にゅうめん(玉ねぎ・人参・醤油) さつま芋・ブロッコリー煮	ふかしさつま芋 牛乳
2日 16日 (木)	/		軟飯(お粥+軟飯) ツナ・きゅうり・人参煮 すまし汁(ほうれん草・えのき) オレンジ	鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参のケチャップ煮 ツナ大根サラダ(コーン抜き) コンソメスープ オレンジ
			スティック食パン しらす・大根・人参煮	しらすトースト 牛乳
17日 (金)	/		軟飯(お粥+軟飯) 豆腐・豚ひき肉煮(醤油) チンゲン菜・人参煮 みそ汁(もやし・ニラ) バナナヨーグルト	軟飯 豆腐の五目あんかけ ブロッコリーのおかかマヨ和え みそ汁 バナナヨーグルト
			うどん(大根・人参・醤油) ブロッコリー・白菜煮	麩ラスク 牛乳
4日 18日 (土)	/		軟飯(お粥+軟飯) しらす・もやし・人参煮 すまし汁(わかめ・玉ねぎ) 煮りんご	しらすチャーハン(かまぼこ抜き) ナムル 中華スープ 煮りんご
			おじや(白菜・人参) 小松菜・玉ねぎ煮	きなこ蒸しパン 牛乳
6日 20日 (月)	/		軟飯(お粥+軟飯) 鶏肉・大根・人参煮(醤油) みそ汁(えのき・いんげん) みかん	軟飯 鶏肉の照りマヨ焼き 大根・人参・いんげんの煮物 みそ汁 みかん
			おじや(かぼちゃ・玉ねぎ) ほうれん草・人参煮	かぼちゃプリン ハイハイン・牛乳
7日 21日 (火)	/		にゅうめん(豚肉・白菜・人参・みそ) 小松菜・さつま芋・玉ねぎ煮 バナナ	サンマー麺(しょうが抜き) さつま芋の中華炒め バナナ
			ツナ粥(ブロッコリー) もやし・ピーマン煮	ケチャップライス 牛乳
8日 22日 (水)	/		軟飯(お粥+軟飯) 鶏肉と大根煮 納豆和え(ひきわり納豆・ほうれん草・人参・醤油) みそ汁(かぼちゃ・玉ねぎ) 煮りんご	軟飯 鶏肉と大根のさっぱり煮 納豆和え みそ汁 煮りんご
			おじや(キャベツ・いんげん) じゃが芋・人参煮	みたらし芋もち 牛乳

☆完了期は、幼児食をベースに完了期の食材表にないものを除去しています。

幼児食の献立表と合わせてご確認ください。

☆材料の都合により献立を変更することがあります。

☆初めての食材についてはご家庭で食べていただき、体調の変化がないか確認して下さい。

2023年11月 離乳食献立表

	初期 5~6カ月頃 (1回食)	中期 7~8カ月頃 (1回食・2回食)	後期 9~11カ月頃 (1回食・2回食)	完了期 12~18カ月頃 (昼食・午後おやつ)
9日 30日 (木)			スティック食パン 豚肉,ブロッコリー,人参煮 ミルクスープ(白菜,玉ねぎ,粉ミルク) オレンジ	ロールパン ポークチャップ ブロッコリーサラダ(コーン抜き) ミルクスープ オレンジ
			きなこ粥(さつまいも) 小松菜,人参煮	青菜おにぎり(ゆかり抜き) 麦茶
10日 (金)			軟飯(お粥+軟飯) カレイの煮つけ(人参,醤油) ほうれん草としめじのおかか和え(醤油) みそ汁(豆腐,長ネギ) 煮りんご	軟飯 カレイのもみじ焼き ほうれん草のごま和え(竹輪抜き) みそ汁 煮りんご
			うどん(玉ねぎ,人参,醤油) もやし,小松菜煮	いちごジャムケーキ 牛乳
11日 25日 (土)			軟飯(お粥+軟飯) 豚ひき肉,ブロッコリー,人参煮 すまし汁(大根) バナナ	厚揚げと豚そぼろ丼 キャベツサラダ みそ汁 バナナ
			おじや(小松菜,玉ねぎ) キャベツ,人参煮	チーズクラッカー 牛乳
13日 27日 (月)			軟飯(お粥+軟飯) 豚肉,人参煮 もやしとピーマンのおかか和え(醤油) 春雨スープ(チンゲン菜,醤油) みかん	軟飯 豚肉と春雨のチャプチェ ひじきサラダ(コーン抜き) 中華スープ みかん
			おじや(ほうれん草,玉ねぎ) きゅうり,人参煮	牛乳もち(スキムミルク,黒蜜抜き) 牛乳
14日 28日 (火)			うどん(鶏肉,玉ねぎ,人参,みそ) じゃが芋,白菜,小松菜煮 バナナ	きつねうどん(かまぼこ抜き) 鶏とじゃが芋の塩煮 バナナ
			おじや(玉ねぎ,いんげん) ブロッコリー,人参煮	チーズおかかおにぎり 麦茶
15日 (水)			軟飯(お粥+軟飯) さばの塩焼き かぶ,人参煮 きのこ汁(しめじ,えのき,万能ねぎ,醤油) 煮りんご	軟飯 さんまの塩焼き カブの和え物(ゆかり抜き) きのこ汁(なめこ抜き) 煮りんご
			おじや(玉ねぎ,人参) さつまいも,ほうれん草煮	おさつクッキー 牛乳
24日 (金)			ひじき軟飯(ひじき,人参,しめじ,醤油) カレイ,ほうれん草,玉ねぎ煮 みそ汁(もやし,万能ねぎ) 煮りんご	炊き込み軟飯(ごぼう抜き) カレイの煮つけ(しょうが抜き) ほうれん草のしらす和え みそ汁 煮りんご
			スティック食パン しらす,白菜,人参煮	お楽しみ米粉バナナケーキ 牛乳

☆完了期は、幼児食をベースに完了期の食材表にないものを除去しています。
 幼児食の献立表と合わせてご確認ください。
 ☆完了期の朝おやつがビスケットの時はせんべいになります。
 ☆材料の都合により献立を変更することがあります。
 ☆初めての食材についてはご家庭で食べていただき、体調の変化がないか確認して下さい。