

2023年

11月

離乳食献立表

新生保育園

日	献立名	材料名			午後おやつ
		熱や力となる食品	血や肉となる食品	体の調子を整える食品	
1・15	おかゆ みそおでん風 玉ねぎのすまし汁 パナナ	米 里芋	豆腐 鶏ささみひき肉	大根 玉ねぎ 人参 バナナ	マカロニスープ
2	おかゆ かれのいの煮付け 小松菜のスープ	米 マカロニ	かれい	きゅうり コーン缶 人参 小松菜 白菜	おかゆ
4・18	おかゆ キャベツのあえもの 白菜のスープ	米	豆腐 鶏ささみひき肉	大根 人参 白菜 玉 ねぎ キャベツ もやし	こめせんべい
6・20	おかゆ もやしのあえもの 豆腐のみそ汁	米	豆腐 鶏ささみひき肉 ツナ缶 きなこ	人参 もやし キャベ ツ 大根 小松菜	きなこかゆ
7・24	おかゆ 南瓜の煮物 キャベツのスープ	米 7-パン 24-さ つま芋	鶏ささみひき肉	人参 玉ねぎ 南瓜 キャベツ コーン缶 もやし	7-スティックパン 24-蒸し芋
8・29	おかゆ 鶏じゃがいもの煮物 切干大根のあえもの	じゃがいも 米	鶏ささみひき肉 8- 鮭フレーク29-納豆	玉ねぎ 人参 切干大 根 わかめ きゅう り コーン缶	8-鮭かゆ 29-納豆かゆ
9	おかゆ かれのいの煮付け 南瓜のみそ汁 みかん	米	かれい 豆腐	小松菜 ひじき 人参 南瓜 玉ねぎ みかん	湯豆腐
10・22	パン 白菜の煮物 キャベツのスープ	春雨 パン 10-さ つま芋	鶏ささみひき肉	人参 玉ねぎ キャベ ツ 白菜 もやし コーン缶	10-蒸し芋 22-鮭かゆ
11	おかゆ 人参の煮物 もやしのスープ	米	鶏ささみひき肉	人参 ほうれん草 も やし きゅうり	こめせんべい
13・28	パン マカロニソテー ブロッコリーのスープ	米 マカロニ パン	鶏ささみひき肉 ツナ 缶	玉ねぎ 人参 ピーマ ン キャベツ ブロッ コリー 小松菜	ツナかゆ
14・27	おかゆ 豆腐の煮物 大根のみそ汁	米 じゃが芋	鶏ささみひき肉 豆腐	玉ねぎ 大根 わかめ あさつき みかん	みかん こめせんべい
16・30	おかゆ メカジキの煮付け もやしのみそ汁	米 じゃが芋	メカジキ	玉ねぎ ブロッコリー もやし 白菜 南瓜	バイクドパンブキン
17	おかゆ 鶏肉と玉ねぎの煮物 人参スープ パナナ	米 さつま芋	鶏ささみひき肉	玉ねぎ ねぎ 白菜 人参 小松菜 パナナ	蒸し芋
21	おかゆ マカロニソテー 小松菜スープ	マカロニ パン 米	鶏ささみひき肉	玉ねぎ きゅうり コーン缶 人参 小松 菜 白菜	スティックパン
25	おかゆ キャベツのあえもの 玉ねぎみそ汁	米	鶏ささみひき肉 豆腐	大根 人参 玉ねぎ キャベツ もやし	こめせんべい

※献立は都合により変わる場合があります。

※献立は後期食になります。その他は段階に合わせて調理します。