

11月

離乳食献立表



新生東志賀保育園

日にち	献立名	材料名			午後のおやつ
		熱ゆかりとなる食品	血や肉となる食品	からだの調子を整える食品	
1・16	おかゆ じゃがいものそぼろ煮 白菜のスープ 1日：みかん	米 小麦粉 米粉 じゃがいも	鶏ささみひき肉	人参 白菜 玉ねぎ みかん	米粉のパンケーキ
2・24	トマトとツナの煮込みスパゲッティ ほうれん草のスープ バナナ	米 さつまいも スパゲッティ	ツナ缶	トマト 玉ねぎ ほうれん草 バナナ	さつまいもがゆ
3・17	おかゆ 鶏だんごとさつまいもの煮物 豆乳コンスープ	米 さつまいも 食パン	鶏ささみひき肉 豆乳	人参 大根 玉ねぎ コーン缶 コーンクリーム缶	食パンスティック
4・18	ツナと野菜の雑炊 わかめスープ	米	ツナ缶	人参 玉ねぎ ピーマン わかめ	米せんべい
6・20	おかゆ 鶏だんごとひじきの煮物 キャベツのスープ	米 じゃがいも 食パン	鶏ささみひき肉	玉ねぎ ひじき コーン缶 キャベツ 人参 トマト缶	トマトトースト
7・21	おかゆ さわらのほうれん草あんかけ お麩のみそ汁	米 小玉麩	さわら 豆乳 合わせみそ	ほうれん草 人参 もやし あさつき かぼちゃ	かぼちゃのおやき
8	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 キャベツのスープ みかん	米 小麦粉	鶏ささみひき肉 豆腐 きな粉	玉ねぎ 人参 コーン缶 キャベツ きゅうり 人参	きな粉パンケーキ
9・30	豆乳パン ミートボールと押し麦のスープ さつまいもの煮物	米 押し麦 さつまいも 春雨 豆乳パン	鶏ささみひき肉 しらす干し	玉ねぎ キャベツ 人参 あさつき	あさつきとしらす のおかゆ
10・29	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 かぼちゃのみそ汁	米 小麦粉	豆腐 赤みそ 豆乳	人参 ほうれん草 南瓜 玉ねぎ バナナ	バナナパンケーキ
11	ツナと野菜の雑炊 にんじんスープ みかん	米 小麦粉	ツナ缶	キャベツ 玉ねぎ コーン缶 人参 あさつき みかん	パンケーキ
13・27	おかゆ ミートボールのトマト煮 キャベツとツナの煮浸し 27日：みかん	米 小麦粉	鶏ささみひき肉 ツナ缶 きな粉	玉ねぎ 人参 トマト缶 ケチャップ キャベツ きゅうり コーン缶 みかん	きな粉パンケーキ
14・28	おかゆ かれいとじゃがいもの煮付け 大根のみそ汁	米 じゃがいも 小麦粉	かれい 白みそ 豆腐 豆乳	人参 きゅうり コーン缶 大根 あさつき	お豆腐パンケーキ
15	おかゆ 豆腐と野菜のツナあんかけ 春雨スープ	米 じゃがいも 春雨	豆腐 ツナ缶 花かつお	チンゲン菜 玉ねぎ 人参	おかかがゆ
22	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 マカロニスープ	米 マカロニ さつまいも	鶏ささみひき肉 豆腐	キャベツ 玉ねぎ コーン缶 ブロッコリー 人参	さつまいもがゆ

※献立は後期食になります。初期・中期食は段階に合わせ調理します。

※中期から、かつおの削り節でとっただしを使用しています。

※献立は変更になる場合があります。

※必要に応じ片栗粉を使用します。