

2025年

11月

## 離乳食献立表

新生保育園 納食室

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 野菜の煮物 ほうれん草のスープ	米	鶏ささみひき肉	人参 もやし ほうれん草 玉ねぎ	こめせんべい
4・18	パン 南瓜の煮物 マカロニスープ	パン マカロニ さつまいも ジャガイモ	鶏ささみひき肉 ツナ缶	玉ねぎ 南瓜 白菜 きゅうり 人参	蒸し芋
5	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 豆腐のみぞ汁	米 ジャガイモ	豆腐 鶏ささみひき肉	キャベツ コーン缶 もやし 大根 玉ねぎ	おかゆ
6・21	おかゆ さつまいもの煮物 水菜のスープ	米 さつまいも	豆腐 鶏ささみひき肉 ツナ缶	玉ねぎ 人参 もやし バナナ 水菜	バナナ
7・20	おかゆ メカジキの煮つけ 切干大根のみぞ汁	7-パン 米 ジャガイも	メカジキ 20-ヨーグルト	人参 玉ねぎ 小松菜 もやし 切干大根 チンゲン菜	7-スティックパン 20-ヨーグルト
8・29	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 キャベツのスープ	米 ジャガイも	鶏ささみひき肉	人参 玉ねぎ キャベツ	こめせんべい
10・27	おかゆ 玉ねぎの煮物 大根のスープ	米	鶏ささみひき肉	人参 玉ねぎ きゅうり もやし 乾燥わかめ 大根 ブロッコリー	おかゆ
11・25	おかゆ 玉ねぎの煮物 豆腐のスープ	米	鶏ささみひき肉 豆腐 きな粉	玉ねぎ きゅうり 水菜 キャベツ 小松菜 人参	人参甘煮
12・26	おかゆ さわらの煮つけ なすのみぞ汁	米	さわら 納豆	人参 玉ねぎ なす 白菜 キャベツ	おかゆ
13	おかゆ 切干大根の煮物 南瓜のみぞ汁	米 さつまいも	豆腐 鶏ささみひき肉	人参 大根 キャベツ きゅうり バナナ 南瓜	バナナ
14・28	パン 春雨の煮物 キャベツのスープ	春雨 パン さつまいも 米	鶏ささみひき肉	人参 玉ねぎ キャベツ コーン缶 きゅうり	おかゆ
17	おかゆ みそおでん風 玉ねぎのすまし汁	米 里芋	豆腐 鶏ささみひき肉 ブレーンヨーグルト	人参 玉ねぎ 大根 小松菜 白菜 バナナ	バナナヨーグルト
19	おかゆ マカロニソテー キャベツのスープ	米 マカロニ ジャガイも	鶏ささみひき肉	玉ねぎ トマト缶 人参 キャベツ コーン缶 もやし 大根乾燥 わかめ	おかゆ
22	おかゆ 豆腐の煮物 白菜のスープ	米	鶏ささみひき肉 ツナ缶	大根 人参 白菜 玉ねぎ もやし キャベツ	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。

