

11月の離乳食献立表

日	曜日	初期食	中期食	後期食	午後食(おやつ)
1	金	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト 白菜のペースト	お粥 味噌汁(白菜) 豆腐の煮物 粉ふき芋・ネーブル	軟飯 味噌汁(白菜) 凍り豆腐の煮物 粉ふき芋・ネーブル	お米せんべい
2	土	すりつぶし粥 野菜スープ 人参のペースト ほうれん草のペースト	煮込みうどん (玉葱・人参・ほうれん草・鶏肉団子) バナナ	煮込みうどん (玉葱・人参・ほうれん草・鶏肉団子) バナナ	おからポーロ
4	月	振替休日			
5	火	すりつぶし粥 野菜スープ 人参のペースト ブロッコリーのペースト	お粥 味噌汁 赤魚の煮付け ブロッコリーの柔らか煮・ネーブル	軟飯 味噌汁 赤魚の塩焼き ブロッコリーの煮浸し・ネーブル	豆乳パンケーキ
6	水	すりつぶし粥 野菜スープ さつまいものペースト 大根のペースト	お粥 味噌汁 さつまいもの焼きコロッケ スティック大根・バナナ	軟飯 味噌汁 さつまいもコロッケ スティック大根・バナナ	マカロニのあべかわ
7	木	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト 人参のペースト	お粥 すまし汁 豚肉団子の煮物 スティック人参・りんごのコンポート	軟飯 すまし汁 豚肉団子の煮物 スティック人参・りんごのコンポート	青のリートスト
8	金	すりつぶし粥 野菜スープ じゃが芋のペースト キャベツのペースト	お粥 コンソメスープ(じゃが芋) たららの煮付け キャベツの煮浸し・バナナ	軟飯 コンソメスープ(じゃが芋) たららの味噌マヨ焼き キャベツのお浸し・バナナ	りんごマフィン
9	土	すりつぶし粥 野菜スープ 人参のペースト ほうれん草のペースト	煮込みうどん (玉葱・人参・ほうれん草・鶏肉団子) ネーブル	煮込みうどん (玉葱・人参・ほうれん草・鶏肉団子) ネーブル	きな粉クッキー
11	月	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト 人参のペースト	お粥 味噌汁(大根) 豆腐のそぼろ煮 里芋の煮物・バナナ	軟飯 味噌汁(大根) 豆腐のすきやき風煮 里芋の胡麻和え・バナナ	バターラスク
12	火	すりつぶし粥 野菜スープ じゃが芋のペースト 大根のペースト	お粥 コンソメスープ 豚肉団子の煮物 スティック大根	軟飯 コンソメスープ 大豆入り豚肉団子の煮物 スティック大根	りんごのコンポート
13	水	すりつぶし粥 野菜スープ ブロッコリーのペースト 人参のペースト	お粥 すまし汁 赤魚の煮付け ブロッコリーの柔らか煮・ネーブル	軟飯 かき玉汁 赤魚の天ぷら ブロッコリーのお浸し・ネーブル	ふかし芋
14	木	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト 白菜のペースト	お粥 中華スープ 豆腐と白菜のそぼろ煮 スティック人参・りんごのコンポート	軟飯 中華スープ 麻婆白菜 スティック人参・りんごのコンポート	蒸しパン
15	金	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト ほうれん草のペースト	お粥 味噌汁(大根) 赤魚の煮付け ほうれん草と豆腐の和え物・ネーブル	軟飯 味噌汁(大根) 赤魚の煮付け ほうれん草の白和え・ネーブル	塩おむすび
16	土	すりつぶし粥 野菜スープ 人参のペースト キャベツのペースト	そぼろあんかけうどん (玉葱・人参・キャベツ・鶏ひき肉) バナナ	そぼろあんかけうどん (玉葱・人参・キャベツ・鶏ひき肉) バナナ	胡麻クッキー
18	月	すりつぶし粥 野菜スープ キャベツのペースト ブロッコリーのペースト	お粥 中華スープ(もずく) たららの煮付け ブロッコリーの柔らか煮・ネーブル	軟飯 中華スープ(もずく) たららのちゃんちゃん焼き ブロッコリーの柔らか煮・ネーブル	蒸しパン
19	火	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト ほうれん草のペースト	お粥 味噌汁(豆腐) 鶏肉団子の煮物 ほうれん草の煮浸し・バナナ	軟飯 味噌汁(豆腐) 鶏肉団子の煮物 ほうれん草のお浸し・バナナ	小豆クッキー
20	水	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト さつまいものペースト	お粥 コンソメスープ 鶏肉団子の煮物 さつまいもの煮物・ネーブル	軟飯 コンソメスープ 鶏肉団子の甘辛煮 さつまいものサラダ・ネーブル	さけおむすび
21	木	すりつぶし粥 野菜スープ キャベツのペースト 人参のペースト	お粥 味噌汁 赤魚の煮付け キャベツの煮浸し・ネーブル	軟飯 味噌汁 赤魚の竜田揚げ キャベツのお浸し・ネーブル	煮豆
22	金	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト 大根のペースト	お粥 すまし汁(切干大根) 煮込みハンバーグ 大根の煮浸し	軟飯 すまし汁(切干大根) 和風ハンバーグ 大根のサラダ	バナナ
23	土	勤労感謝の日			
25	月	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト ブロッコリーのペースト	お粥 ミネストローネ(玉葱・人参・ブロッコリー・鶏肉団子) マカロニのクリーム煮 りんごのコンポート	軟飯 ハンシュドビーフ(玉葱・人参・ブロッコリー・鶏肉団子) マカロニのクリーム煮 りんごのコンポート	きな粉パンケーキ
26	火	すりつぶし粥 野菜スープ さつまいものペースト ほうれん草のペースト	お粥 味噌汁(さつまいも) 煮込みハンバーグ ほうれん草の煮浸し・ネーブル	軟飯 味噌汁(さつまいも) ハンバーグ ほうれん草のお浸し・ネーブル	青菜おむすび
27	水	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト キャベツのペースト	お粥 すまし汁(豆腐) 赤魚と里芋の煮物 キャベツの煮浸し・バナナ	軟飯 すまし汁(豆腐) 赤魚と里芋の煮物 キャベツのお浸し・バナナ	ビスケット
28	木	すりつぶし粥 野菜スープ 南瓜のペースト 白菜のペースト	お粥 味噌汁 南瓜の焼きコロッケ 白菜の煮浸し	軟飯 味噌汁 南瓜コロッケ 白菜のサラダ	みかん
29	金	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト 大根のペースト	お粥 すまし汁 豆腐のそぼろ煮 スティック大根・バナナ	軟飯 すまし汁 カレー豆腐 スティック大根・バナナ	さつまいもパンケーキ
30	土	すりつぶし粥 野菜スープ 人参のペースト ほうれん草のペースト	煮込みうどん (玉葱・人参・ほうれん草・鶏肉団子) ネーブル	煮込みうどん (玉葱・人参・ほうれん草・鶏肉団子) ネーブル	トマトカップケーキ

◎発達に合わせて、材料、調理法、量、味を変えています。
◎初期食の食材は、変わることがあります。
◎食事とおやつ後にミルクを飲みます。