

平成30年

11月の離乳食予定献立表

沼間愛児園

日	曜	午前食				午後食		主な材料 午後食	
		ごっくん期 (A)	もぐもぐ期 (B)	かみかみ期 (C)	ぱくぱく期 (D)	B	C		D
1	木	粥 じゃがいも きゃべつのスープ	パン粥 鶏とじゃがいものマッシュ 人参ときゃべつのスープ	パン粥 焼きポテト 人参ときゃべつのスープ	食パン 焼きポテト 人参ときゃべつのスープ	食パン 鶏ひき肉 玉葱 じゃがいも 人参 きゃべつ	さつまいものおじや 大根の煮物・トマト	さつまいもごはん 大根の煮物・トマト	さつまいも 大根 トマト
2	金	粥 人参 大根のスープ	ささみと人参のお粥 ブロッコリー 大根の味噌汁	ささみと人参のお粥 ブロッコリー 大根の味噌汁	ささみの炊きこみごはん ブロッコリー 大根の味噌汁	ささみ 人参 ブロッコリー 大根	野菜おじや 豆腐と野菜の煮物		人参 玉葱 きゃべつ 豆腐 かぶ
5	月	粥 さつまいも 白菜のスープ	鶏そぼろ粥 さつまいもの煮物 豆腐の具たくさん味噌汁	鶏そぼろ粥 さつまいもの煮物 豆腐の具たくさん味噌汁	鶏そぼろごはん さつまいもの煮物 豆腐の具たくさん味噌汁	鶏胸肉 はくさい さつまいも 豆腐 大根 人参	チーズパン粥 ほうれんそう・かぶ	チーズサンド ほうれんそうソテー・かぶ	食パン チーズ ほうれんそう かぶ
6	火	粥 白身魚 かぼちゃのスープ	粥 煮魚 かぼちゃの煮物 きゃべつの味噌汁	粥 煮魚 かぼちゃの煮物 きゃべつの味噌汁	軟飯 煮魚 かぼちゃの煮物 きゃべつの味噌汁	カレー かぼちゃ きゃべつ	にゅうめん ブロッコリー	にゅうめん ブロッコリーおかかあえ	そうめん 人参 玉葱 ブロッコリー (Dかつお節)
7	水	粥 人参 かぶのスープ	煮こみうどん トマト・かぶ	煮こみうどん トマト・かぶ 果物	煮こみうどん トマト・かぶ 果物	うどん 人参 玉葱 トマト かぶ りんご	たらのみそおじや じゃがいもと人参の煮物	たらの炊きこみごはん じゃがいもと人参の煮物	たら いんげん じゃがいも 人参
8	木	粥 豆腐 白菜のスープ	粥 豆腐のそぼろ煮 白菜の味噌汁	粥 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ 白菜の味噌汁	軟飯 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ 白菜の味噌汁	軟飯 豆腐 鶏胸肉 (CDパン粉) 白菜	きなこパン粥 さつまいも・人参グラッセ	きなこサンド さつまいも・人参グラッセ	食パン きなこ さつまいも 人参 バター
9	金	粥 じゃがいも きゃべつのスープ	パン粥 ささみと野菜のスープ 粉ふきいも	パン粥 ささみと野菜のスープ 粉ふきいも	食パン ささみと野菜のスープ 粉ふきいも	食パン ささみ 玉葱 人参 きゃべつ じゃがいも	トマトリゾット 大根・ほうれんそう煮浸し	トマトピラフ 大根・ほうれんそう煮浸し	トマト 玉葱 バター (Dケチャップ) 大根 ほうれんそう
10	土	粥 じゃがいも 人参のスープ	野菜おじや じゃがいもと麩の味噌汁	野菜おじや じゃがいもと麩の味噌汁	野菜おじや じゃがいもと麩の味噌汁	人参 玉葱 じゃがいも 焼ふ	やわらか鶏のおかゆ 白身魚と野菜の洋風煮込み		玉葱 人参 鶏肉 人参 玉葱 かぼちゃ じゃがいも たら
12	月	粥 人参 小松菜のスープ	鶏そぼろ二色粥 トマト わかめの味噌汁	鶏そぼろ二色粥 トマト わかめの味噌汁	鶏そぼろの二色ごはん トマト わかめの味噌汁	鶏胸肉 小松菜 トマト わかめ	あんかけうどん かぼちゃの煮物		うどん 玉葱 人参 白菜 かぼちゃ
13	火	粥 さつまいも 白菜スープ	味噌うどん さつまいもの煮物・ブロッコリー	味噌うどん さつまいもの煮物・ブロッコリー	味噌うどん さつまいもの煮物・ブロッコリー	うどん 人参 玉葱 さつまいも ブロッコリー	しらすみそ粥 ほうれんそうと白菜のお浸し	しらすみそおやき ほうれんそうと白菜のおかかあえ	しらす ほうれんそう 白菜 (Dかつお節)
14	水	粥 白身魚 かぼちゃのスープ	粥 魚のおろしあんかけ かぼちゃの煮物 麩の味噌汁	粥 魚のおろしあんかけ かぼちゃの煮物 麩の味噌汁	軟飯 魚のおろしあんかけ かぼちゃの煮物 麩の味噌汁	カレー かぶ かぼちゃ 焼ふ	ささみと白菜のお粥 大根と人参の煮物	ささみと白菜のごはん 大根と人参のきんぴら	ささみ 白菜 大根 人参
15	木	粥 豆腐 きゃべつのスープ	パン粥 豆腐と野菜の煮物 きゃべつと玉葱のスープ煮	パン粥 豆腐ハンバーグ きゃべつと玉葱のスープ煮	食パン 豆腐ハンバーグ きゃべつと玉葱のスープ	食パン 豆腐 人参 (CDパン粉) きゃべつ 玉葱	野菜おじや かぶの味噌煮	野菜おやき かぶの味噌煮	人参 いんげん かぶ
16	金	粥 大根 人参のスープ	粥 ささみの野菜蒸し 大根と小松菜の味噌汁	粥 ささみの野菜蒸し 大根と小松菜の味噌汁	軟飯 ささみの野菜蒸し 大根と小松菜の味噌汁	ささみ 人参 玉葱 大根 小松菜	りんごパン粥 粉ふきいも・トマト	りんごサンド 青のり粉ふきいも・トマト	食パン りんご じゃがいも (D青のり) トマト
17	土	粥 豆腐 人参のスープ	野菜おじや 豆腐と白菜の味噌汁	野菜おじや 豆腐と白菜の味噌汁	野菜おじや 豆腐と白菜の味噌汁	人参 玉葱 かぼちゃ 豆腐 白菜	しらすおじや 彩野菜の汁椀		しらす 人参 玉葱 きゃべつ 人参 いんげん 玉葱 じゃがいも
19	月	粥 人参 白菜のスープ	ささみと白菜のうどん 人参の甘煮 果物	ささみと白菜のうどん 人参の甘煮 果物	ささみと白菜のうどん 人参の甘煮 果物	うどん ささみ 白菜 人参 みかん	豆腐あんかけ粥 じゃがいもの煮物	豆腐あんかけ丼 じゃがいもの煮物	豆腐 人参 ほうれんそう じゃがいも
20	火	粥 白身魚 きゃべつのスープ	パン粥 魚のバター蒸し トマト きゃべつのスープ	パン粥 魚のバター蒸し トマト きゃべつのスープ	食パン 魚のバター蒸し トマト きゃべつのスープ	食パン カレイ 玉葱 人参 バター トマト きゃべつ	わかめみそおじや かぼちゃの煮物・ブロッコリー	五平もち かぼちゃの煮物・ブロッコリー	(BCわかめ) かぼちゃ ブロッコリー
21	水	粥 じゃがいも かぶのスープ	粥 鶏とじゃがいもの煮物 かぶの味噌汁	粥 鶏団子とじゃがいもの煮物 かぶの味噌汁	軟飯 鶏団子とじゃがいもの煮物 かぶの味噌汁	鶏胸肉 片栗粉 玉葱 じゃがいも かぶ	たらといんげんのおじや 大根と人参の煮物	たらの炊きこみごはん 大根と人参の煮物	たら いんげん 大根 人参
22	木	粥 豆腐 人参のスープ	粥 豆腐と野菜の煮物 大根の煮物 白菜の味噌汁	粥 豆腐ボール 大根の煮物 白菜の味噌汁	軟飯 豆腐ボール 大根の煮物 白菜の味噌汁	豆腐 人参 (CDパン粉) 大根 白菜	野菜リゾット りんごヨーグルトかけ	野菜ピラフ りんごのヨーグルトかけ	玉葱 人参 きゃべつ バター りんご ヨーグルト
24	土	粥 かぼちゃ 大根のスープ	ほうとう風うどん ブロッコリー・大根	ほうとう風うどん ブロッコリー・大根	ほうとう風うどん ブロッコリー・大根	うどん かぼちゃ 人参 玉葱 ブロッコリー 大根	やわらか鶏のおかゆ 白身魚と野菜の洋風煮込み		玉葱 人参 鶏肉 人参 玉葱 かぼちゃ じゃがいも たら
26	月	粥 大根 人参スープ	パン粥 トマトのそぼろ煮 野菜スープ	パン粥 肉団子のトマト煮 野菜スープ	食パン 肉団子のトマト煮 野菜スープ	食パン 鶏胸肉 片栗粉 玉葱 トマト (Dケチャップ) 大根 人参 玉葱	きなこおじや 白菜お浸し・さつまいも	きなこおはぎ 白菜お浸し・さつまいも	きなこ 白菜 さつまいも
27	火	粥 白身魚 かぼちゃのスープ	粥 魚の味噌煮 かぼちゃの煮物 きゃべつの玉葱のスープ	粥 魚の味噌煮 かぼちゃの煮物 きゃべつの玉葱のスープ	軟飯 魚の味噌煮 かぼちゃの煮物 きゃべつの玉葱のスープ	カレー かぼちゃ きゃべつ 玉葱	野菜うどん かぶのみそ煮		うどん ほうれんそう 人参 玉葱 かぶ
28	水	粥 人参 かぶのスープ	二色粥 トマト かぶの味噌汁	二色粥 トマト かぶの味噌汁	二色ごはん トマト かぶの味噌汁	しらす 人参 トマト かぶ (Dかぶの葉)	チーズパン粥 じゃがいもとブロッコリーの和え物	チーズサンド じゃがいもとブロッコリーのソテー	食パン チーズ じゃがいも ブロッコリー
29	木	粥 じゃがいも きゃべつのスープ	粥 鶏と野菜のスープ ブロッコリー・粉ふきいも	粥 肉団子と野菜のスープ ブロッコリー・粉ふきいも	軟飯 肉団子と野菜のスープ ブロッコリー・粉ふきいも	鶏胸肉 片栗粉 玉葱 人参 きゃべつ ブロッコリー じゃがいも	しらすおじや ほうれんそうお浸し・かぶ	甘辛しらすごはん ほうれんそうお浸し・かぶ	しらす ほうれんそう かぶ
30	金	粥 さつまいも 白菜のスープ	けんちんうどん さつまいもの煮物 果物	けんちんうどん さつまいもの煮物 果物	けんちんうどん さつまいものフライ 果物	うどん 豆腐 人参 白菜 さつまいも 片栗粉 りんご	ささみと人参のお粥 大根の味噌煮	ささみと人参のごはん 大根の味噌煮	ささみ 人参 大根

ぱくぱくD(後期)の午前食は乳児食と同じです。