

# 2021年度11月離乳食予定献立表 戸塚愛児園

日付	初期(5~6ヶ月頃)	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	軽食(完了期)
01月	つぶし粥 豆腐のペースト 大根のペースト 小松菜と玉ねぎの味噌汁 味噌汁の上澄み	全粥 チャンプル風 根菜の煮物 小松菜と玉ねぎの味噌汁 かぼちゃのお焼き(あんかけ)	軟飯 チャンプル風 根菜の煮物 小松菜と玉ねぎの味噌汁 かぼちゃのお焼き きゅうりスティック もやしの味噌汁	ごはん 手作りがんも風 もやしときゅうりの和え物 小松菜と玉ねぎの味噌汁 かぼちゃのお焼き 牛乳	おかかごはん
02火	つぶし粥 鰯のペースト 白菜のペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の煮付け 白菜と人参の浅漬け なすと玉ねぎの味噌汁 マカロニイタリアン	軟飯 鰯の煮付け 白菜と人参の浅漬け なすと玉ねぎの味噌汁 マカロニイタリアン 茹でほうれん草 コーンクリームスープ	ごはん 鯖の煮付け 白菜と人参の浅漬け なすと玉ねぎの味噌汁 バナナ マカロニイタリアン 牛乳	青のりごはん
04木	つぶし粥 お麩のペースト かぶのペースト きゅうりのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉の照り煮 かぶのサラダ お麩の味噌汁 チーズパン粥	軟飯 鶏肉の照り焼き かぶのココロサラダ お麩の味噌汁 チーズトースト 茹でかぼちゃ トマトスープ	ごはん 鶏肉の生姜焼き かぶのココロサラダ お麩と油揚げの味噌汁 チーズトースト 牛乳	コーンマヨごはん
05金	うどん粥 高野豆腐のペースト 玉ねぎのペースト さつま芋のペースト すまし汁	煮込みうどん スイートポテトサラダ 高野豆腐の煮物 わかめおじや 茹で人参	煮込みうどん スイートポテトサラダ 高野豆腐の煮物 わかめおにぎり 茹で人参 大根の味噌汁	皿うどん スイートポテトサラダ 卵のスープ わかめおにぎり 牛乳	バナナ
06土	つぶし粥 豆腐のペースト 人参のペースト キャベツのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 マーボー春雨 人参の和え物 豆腐と玉ねぎの味噌汁 かぼちゃおじや	マーボー春雨丼 キャベツの和え物 豆腐と玉ねぎの味噌汁 かぼちゃおじや 牛乳	マーボー春雨丼 キャベツの塩昆布和え 豆腐と玉ねぎの味噌汁 かぼちゃおじや 牛乳	/
08月	つぶし粥 鰯のペースト 大根のペースト 小松菜のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯のチーズ煮 大根と人参の和え物 里芋と小松菜の味噌汁 スイートポテト(あんかけ)	軟飯 鰯のチーズ焼き 大根と人参の和え物 里芋と小松菜の味噌汁 焼き芋 かぶのくず煮 きのこの味噌汁	ごはん 鰯の塩焼き 大根と人参の甘酢和え 里芋と小松菜の味噌汁 焼き芋 牛乳	ごま塩ごはん
09火	つぶし粥 高野豆腐のペースト じゃが芋のペースト キャベツのペースト すまし汁	全粥 肉じゃが もやしときゅうりの和え物 キャベツのスープ 人参おじや	軟飯 肉じゃが もやしときゅうりの和え物 キャベツのスープ 人参おにぎり 茹でブロッコリー さつま芋の味噌汁	カレーライス もやしときゅうりの和え物 キャベツのスープ 人参おにぎり 牛乳	バナナ
10水	つぶし粥 豆腐のペースト 人参のペースト かぼちゃのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 マーボー豆腐 源平煮 かぼちゃの味噌汁 にゅうめん	軟飯 マーボー豆腐 源平煮 かぼちゃの味噌汁 にゅうめん りんご 粉吹き芋	ごはん マーボー豆腐 ごぼうのサラダ かぼちゃの味噌汁 にゅうめん 牛乳	青のりごはん
11木	パン粥 お麩のペースト きゅうりのペースト かぶのペースト すまし汁	パン粥 鶏肉のコーンクリーム煮 春雨サラダ かぶのスープ ひじきおじや	食パン 鶏肉のコーンクリーム焼き 春雨サラダ かぶのスープ ひじき軟飯 なすの煮浸し お麩の味噌汁	コッペパン 鶏肉のマーマレード焼き パンサンデー かぶのスープ 柿 ひじき軟飯 牛乳	おかかごはん
12金	つぶし粥 鰯のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	全粥 鰯の味噌煮 高野豆腐の煮物 わかめと玉ねぎのすまし汁 バナナパン粥	軟飯 鰯の味噌煮 高野豆腐の煮物 わかめと玉ねぎのすまし汁 バナナサンド ヨーグルト さつま芋のスープ	ごはん 鰯のみそフライ ひじきの炒り煮 豆腐とねぎのすまし汁 バナナサンド 牛乳	塩昆布ごはん
13土	つぶし粥 高野豆腐のペースト かぼちゃのペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	チキンライス風おじや ブロッコリーのサラダ かぼちゃのスープ 野菜おじや	チキンライス風 ブロッコリーのサラダ かぼちゃのスープ 野菜おじや 牛乳	チキンライス 三色サラダ かぼちゃのスープ 野菜おじや 牛乳	/
15月	全粥 お麩のペースト かぶのペースト さつま芋のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏ささみとかぶのトロトロ煮 きゅうりとわかめの和え物 さつま芋と玉ねぎの味噌汁 青のりおじや	軟飯 鶏ささみとかぶのトロトロ煮 きゅうりとわかめの和え物 さつま芋と玉ねぎの味噌汁 青のりおにぎり 人参スティック 白菜の味噌汁	ごはん 親子煮 きゅうりとわかめの酢の物 さつま芋と玉ねぎの味噌汁 青のりおにぎり 牛乳	おかかごはん

日付	初期(5~6ヶ月頃)	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	軽食(完了期)
16火	つぶし粥 豆腐のペースト キャベツのペースト 大根のペースト すまし汁	全粥 鶏肉の照り煮 キャベツの磯和え けんちん汁 きな粉トースト きな粉パン粥	軟飯 鶏肉の照り煮 キャベツの磯和え けんちん汁 きな粉トースト きゅうりスティック もやしのスープ	ごはん チキンカツ キャベツの磯和え けんちん汁 りんご きな粉トースト 牛乳	ツナケチャップ ごはん
17水	うどん粥 鰯のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	味噌煮込みうどん おからサラダ なすの煮浸し 鮭雑炊	味噌煮込みうどん おからサラダ なすの煮浸し 鮭雑炊 茹でかぼちゃ お麩の煮物	ジャージャーうどん おからサラダ おからサラダ なすの煮浸し 青梗菜と玉ねぎのスープ 鮭雑炊 牛乳	バナナ
18木	つぶし粥 高野豆腐のペースト 白菜のペースト ほうれん草のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のりんごソースかけ 源平煮 白菜とほうれん草の味噌汁 じゃが芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 鶏肉のりんごソースかけ 源平煮 白菜とほうれん草の味噌汁 じゃが芋のお焼き 茹でキャベツ しめじの味噌汁	ごはん 鶏肉のバーベキューソース 人参しりしり 白菜とほうれん草の味噌汁 じゃが芋のお焼き 牛乳	ひじきごはん
19金	つぶし粥 鰯のペースト 人参のペースト じゃが芋のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の煮付け 切り干し大根の煮物 じゃが芋とわかめの味噌汁 スープマカロニ	軟飯 鰯の照り焼き 切り干し大根の煮物 じゃが芋とわかめの味噌汁 スープマカロニ バナナ 茹でブロッコリー	ごはん 鰯の黄金焼き 切り干し大根の煮物 じゃが芋とわかめの味噌汁 スープマカロニ 牛乳	おかかごはん
20土	つぶし粥 お麩のペースト さつま芋のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉と野菜のあんかけ 温野菜 お麩と玉ねぎの味噌汁 じゃが芋と人参のおじや	鶏肉と野菜のあんかけ丼 温野菜 お麩と玉ねぎの味噌汁 じゃが芋と人参のおじや 牛乳	豚丼 温野菜 お麩と玉ねぎの味噌汁 じゃが芋と人参のおじや 牛乳	/
22月	つぶし粥 鰯のペースト 大根のペースト きゅうりのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の磯辺煮 大根ときゅうりのサラダ 白菜の味噌汁 さつま芋パン粥	軟飯 鰯の磯辺焼き 大根ときゅうりのサラダ 白菜の味噌汁 さつま芋蒸しパン 茹でほうれん草 隠元のスープ	ごはん ちくわ磯辺揚げ 大根とかにかまのサラダ 白菜の味噌汁 みかん さつま芋蒸しパン 牛乳	バナナ
24水	つぶし粥 豆腐のペースト じゃが芋のペースト 人参のペースト すまし汁	全粥 ハヤシシチュー風 ブロッコリーと人参のサラダ 豆腐のスープ 人参のペースト りんごパン粥	ハヤシライス風 ブロッコリーと人参のサラダ 豆腐のスープ 手作りりんごジャムサンド ヨーグルト わかめのスープ	ごはん チキンカツ キャベツの磯和え けんちん汁 りんご きな粉トースト 牛乳	青のりごはん
25木	つぶし粥 鰯のペースト 白菜のペースト 小松菜のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の野菜あんかけ もやしときゅうりの和え物 小松菜と玉ねぎの味噌汁 にゅうめん	軟飯 鰯の野菜あんかけ もやしときゅうりの和え物 小松菜と玉ねぎの味噌汁 にゅうめん 茹で大根 高野豆腐の煮物	ごはん 鰯のマヨネーズ焼き もやしときゅうりの塩昆布和え 小松菜と玉ねぎの味噌汁 にゅうめん 牛乳	ふかし芋
26金	パン粥 お麩のペースト かぼちゃのペースト 人参のペースト すまし汁	パン粥 鶏肉のホワイトソースかけ 温野菜 春雨スープ 混ぜ軟飯	食パン 鶏肉のホワイトソースかけ 温野菜 春雨スープ 混ぜ軟飯 かぶの煮物 豆腐の味噌汁	ロールパン 鶏肉のオニオンドレッシング 温野菜 春雨スープ 混ぜ軟飯 牛乳	ツナマヨごはん
27土	つぶし粥 豆腐のペースト キャベツのペースト じゃが芋のペースト すまし汁	全粥 マーボー豆腐 キャベツの和え物 じゃが芋のスープ さつま芋おじや	マーボー丼 キャベツの胡麻和え じゃが芋のスープ さつま芋おじや	マーボー丼 キャベツの胡麻和え じゃが芋のスープ さつま芋おじや 牛乳	/
29月	つぶし粥 豆腐のペースト 大根のペースト さつま芋のペースト 味噌汁の上澄み	しらすおじや 鶏肉のコーンクリーム煮 大根サラダ さつま汁 りんごパン粥	しらす軟飯 鶏肉のコーンクリーム煮 大根サラダ さつま汁 りんご蒸しパン 茹でかぼちゃ キャベツのスープ	鮭ごはん 鶏肉のカレー揚げ 大根サラダ さつま汁 りんご蒸しパン 牛乳	バナナ
30火	つぶし粥 鰯のペースト ほうれん草のペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	全粥 鰯の味噌煮 ほうれん草の白和え わかめと玉ねぎのすまし汁 ピザパン粥	軟飯 鰯の味噌照り焼き ほうれん草の白和え わかめと玉ねぎのすまし汁 ピザトースト 茹でブロッコリー えのきのスープ	ごはん 鰯の味噌照り焼き ほうれん草の白和え わかめと玉ねぎのすまし汁 ピザトースト 牛乳	青のりごはん

