

# 2022年度 11月 離乳食 予定献立表 戸塚愛児園

日付	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	軽食(完了期)
01火	食パン 鶏肉のコーンクリーム煮 温野菜 えのきと玉ねぎのスープ 鮭雑炊 きゅうりスティック お麩の煮物	ハイジパン タンダーチキン 温野菜 えのきと玉ねぎのスープ 鮭雑炊 牛乳	粉吹き芋
02水	軟飯 鰯の味噌照り焼き 白菜と人参の和え物 けんちん汁 手作りりんごジャムサンド 茹でさつまいも 小松菜のスープ	ごはん 鰯の味噌照り焼き 白菜と人参の甘酢和え けんちん汁 手作りりんごジャムサンド 牛乳	青のりご飯
04金	軟飯 鶏肉の磯辺煮 大根のサラダ 豆腐の味噌汁 にゅうめん じゃが芋スティック 茹でほうれん草	ごはん ちくわ磯辺揚げ 大根とかにかまのサラダ 豆腐とねぎの味噌汁 にゅうめん 牛乳	バナナ
05土	ハヤシライス風 春雨サラダ 青梗菜のスープ かぼちゃのおじや	カレーライス 春雨サラダ 青梗菜のスープ かぼちゃのおじや 牛乳	/
07月	軟飯 鰯の煮付け 源平煮 小松菜の味噌汁 チーズトースト 茹でブロッコリー 春雨スープ	ごはん 鰯の塩焼き ひじきの炒り煮 小松菜の味噌汁 チーズトースト 牛乳	ふかし芋
08火	軟飯 肉豆腐 茹でさつまいも かぶとしめじの味噌汁 じゃが芋のお焼き 茹でキャベツ もやしの味噌汁	ごはん 肉豆腐 さつまいもの甘煮 かぶとしめじの味噌汁 じゃが芋のお焼き 牛乳	コーンマヨご飯
09水	軟飯 鶏肉の照り焼き 高野豆腐の煮物 わかめの味噌汁 マカロニきな粉 茹で小松菜 隠元のスープ	ごはん 鶏肉の梅肉焼き 人参しりしり 油揚げとわかめの味噌汁 マカロニきな粉 牛乳	バナナ
10木	軟飯 鰯のトマト煮 キャベツの浅漬け 大根と玉ねぎの味噌汁 さつまいものミルク煮 りんご お麩の煮物	ごはん レバーのかりん揚げ キャベツの塩昆布和え 大根と玉ねぎの味噌汁 りんご さつまいものミルク煮 牛乳	青のりご飯
11金	あんかけうどん ポテトサラダ きのこのスープ わかめおにぎり かぶの煮物 なすの味噌汁	皿うどん ポテトサラダ なめこのスープ わかめおにぎり 牛乳	おかかご飯
12土	すき焼き丼 キャベツときゅうりの浅漬け お麩と玉ねぎの味噌汁 人参おじや	すき焼き丼 キャベツときゅうりの浅漬け お麩と玉ねぎの味噌汁 人参おじや 牛乳	/
14月	ごはん 鶏肉のみぞれかけ 白菜と小松菜のお浸し さつまいもと玉ねぎの味噌汁 野菜雑炊 茹でかぼちゃ バナナ	ごはん 鶏肉のみぞれかけ 白菜と小松菜のお浸し さつまいもと玉ねぎの味噌汁 野菜雑炊 牛乳	バナナ
15火	ハヤシライス風 もやしときゅうりの和え物 キャベツのスープ さつまいもサンド 茹でほうれん草 きのこのスープ	ハヤシライス もやしときゅうりの和え物 キャベツのスープ さつまいもサンド 牛乳	塩昆布ご飯

日付	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	軽食(完了期)
16水	軟飯 鰯の煮付け 大根と人参の胡麻和え かぼちゃの味噌汁 煮込みうどん じゃが芋スティック お麩の煮物	ごはん 鰯の煮付け 大根と人参のごま酢和え かぼちゃの味噌汁 煮込みうどん 牛乳	粉吹き芋
17木	食パン 鶏肉のホワイトソースかけ ブロッコリーのサラダ かぶのスープ 青のりおにぎり 高野豆腐の煮物 キャベツの味噌汁	ハイジパン 豚肉のオーロラソース焼き ブロッコリーとツナのサラダ かぶのスープ 青のりおにぎり 牛乳	おかかご飯
18金	軟飯 豆腐の野菜あんかけ きゅうりとわかめの和え物 白菜の味噌汁 かぼちゃのお焼き 茹で人参 青梗菜のスープ	ごはん 鶏肉のつくね焼き きゅうりとわかめの酢の物 白菜の味噌汁 柿 かぼちゃのお焼き 牛乳	ひじきご飯
19土	豚そぼろ丼 かぼちゃサラダ 切干大根の味噌汁 さつま芋おじや	豚コーン丼 かぼちゃサラダ 切干大根の味噌汁 さつま芋おじや 牛乳	/
21月	軟飯 鶏肉のりんごソースかけ キャベツの和え物 お麩と万能ねぎの味噌汁 じゃがバター 茹でほうれん草 トマトスープ	ごはん 油淋鶏 キャベツの和え物 お麩と万能ねぎの味噌汁 じゃがバター 牛乳	和風ツナ ご飯
22火	軟飯 擬製豆腐 かぶの浅漬け もやしの味噌汁 人参トースト さつま芋スティック 白菜のスープ	ごはん 擬製豆腐 かぶの浅漬け もやしの味噌汁 人参トースト 牛乳	ふかし芋
24木	味噌煮込みうどん おからサラダ なすの煮浸し ひじき軟飯 大根スティック しめじの味噌汁	味噌うどん おからサラダ バナナ ひじき軟飯 牛乳	青のりご飯
25金	軟飯 鮭のみみじ焼き 里芋と根菜の煮物 ほうれん草と玉ねぎの味噌汁 さつまいものお焼き バナナ 豆腐の味噌汁	ごはん めかじきのみみじ焼き 里芋と根菜の煮物 ほうれん草と玉ねぎの味噌汁 さつまいものお焼き 牛乳	おかかご飯
26土	マーボー丼 かぶのコロコロサラダ 小松菜と玉ねぎのスープ じゃが芋と人参のおじや	マーボー丼 かぶのコロコロサラダ 小松菜と玉ねぎのスープ じゃが芋と人参のおじや 牛乳	/
28月	軟飯 鮭のチーズ焼き 切干大根のサラダ 芋炊き汁 かぼちゃのミルク煮 茹で白菜 なすの煮浸し	ごはん 鮭のチーズ焼き 切干大根のサラダ 芋炊き汁 かぼちゃのミルク煮 牛乳	バナナ
29火	さつま芋軟飯 鶏肉の野菜あんかけ ブロッコリーのサラダ 豆腐と玉ねぎの味噌汁 りんご蒸しパン 茹でほうれん草 コーンクリームスープ	さつま芋ごはん 豚肉のカレー風味焼き きんぴらごぼう 豆腐と万能ねぎの味噌汁 りんご蒸しパン 牛乳	青のりご飯
30水	マカロニナポリタン キャベツのサラダ わかめとえのきのスープ おかかおにぎり 高野豆腐の煮物 小松菜の味噌汁	マカロニナポリタン コーンスローサラダ わかめとえのきのスープ おかかおにぎり 牛乳	塩昆布ご飯