

2024年 11月献立表 (離乳食)

日 曜	午前食	主な材料	おやつ ()内は、主な材料です。	日 曜	午前食	主な材料	おやつ ()内は、主な材料です。
1 金	軟飯 大根とじゃがいものそぼろ煮 人参のおかか和え	米 鶏肉 大根 三度豆 じゃがいも 人参 かつおぶし	ミルクリゾット (米 豆乳 人参 ブロッコリー)	16 土	軟飯 かぼちゃのそぼろ煮 ほうれん草のすまし汁	米 ツナ かぼちゃ 玉ねぎ 三度豆 ほうれん草 えのき 人参	さつまいもの茶巾包み (さつまいも)
2 土	軟飯 かぼちゃのそぼろ煮 ほうれん草のすまし汁	米 ツナ かぼちゃ 玉ねぎ 三度豆 ほうれん草 えのき 人参	ポテトサラダ (じゃがいも 人参 ブロッコリー)	18 月	軟飯 大根とじゃがいものそぼろ煮 人参のおかか和え	米 鶏肉 大根 三度豆 じゃがいも 人参 かつおぶし	トマトリゾット (米 ツナ 玉ねぎ ほうれん草)
5 火	軟飯 魚のみぞれ煮 さつまいもスティック	米 白身魚 大根 ブロッコリー 人参 さつまいも	ひじきごはん (米 ひじき 人参)	19 火	軟飯 魚のみぞれ煮 さつまいもスティック	米 白身魚 大根 ブロッコリー 人参 さつまいも	きなこマカロニ (マカロニ きなこ)
6 水	軟飯 魚のトマト煮 チンゲン菜のおかか煮	米 白身魚 玉ねぎ えのき トマト チンゲン菜 かつおぶし	じゃがいものカレーそぼろ煮 (じゃがいも 鶏肉 玉ねぎ)	20 水	軟飯 かぼちゃのカレー風煮 じゃがいもスティック	米 鶏肉 かぼちゃ 玉ねぎ グリンピース じゃがいも	のりポテト (じゃがいも 青のり)
7 木	軟飯 ツナかぼちゃ 三度豆のやわらか煮	米 ツナ かぼちゃ 玉ねぎ 人参 三度豆	かぼちゃのおやき (かぼちゃ)	21 木	軟飯 魚のトマト煮 チンゲン菜のおかか煮	米 白身魚 玉ねぎ えのき トマト チンゲン菜 かつおぶし	焼きいも (さつまいも)
8 金	軟飯 豆腐とかぶらのうま煮 小松菜の煮びたし	米 豆腐 かぶら ほうれん草 人参 小松菜	クリームパスタ (スパゲティ 豆乳 玉ねぎ 人参 鶏肉)	22 金	軟飯 豆腐とかぶらのうま煮 小松菜の煮びたし	米 豆腐 かぶら ほうれん草 人参 小松菜	にゅうめん (そうめん 鶏肉 椎茸 ほうれん草)
9 土	軟飯 じゃがいものそぼろ煮 キャベツのスープ	米 鶏肉 じゃがいも 三度豆 キャベツ 人参	かぼちゃようかん (かぼちゃ 寒天)	25 月	軟飯 豆腐のみそ煮 ブロッコリーときのこのうま煮	米 豆腐 鶏肉 椎茸 白菜 人参 ブロッコリー しめじ	焼きバナナ (バナナ)
11 月	軟飯 豆腐のみそ煮 ブロッコリーときのこのうま煮	米 豆腐 鶏肉 椎茸 白菜 人参 ブロッコリー しめじ	ツナ入りじゃがいもおやき (じゃがいも ツナ 青のり)	26 火	軟飯 とりじゃが ほうれん草ののり和え	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ ほうれん草 のり	米粉のさつまいもケーキ (米粉のケーキミックス さつまいも)
12 火	軟飯 とりじゃが ほうれん草ののり和え	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ ほうれん草 のり	さつまいものきなこ和え (さつまいも、きなこ)	27 水	軟飯 大豆とさつまいもの煮もの ブロッコリーのクリーム煮	米 大豆 さつまいも 人参 ブロッコリー 豆乳	かつおごはん (米 かつおぶし)
13 水	軟飯 大豆とさつまいもの煮もの ブロッコリーのクリーム煮	米 大豆 さつまいも 人参 ブロッコリー 豆乳	しらすと青菜ごはん (米 しらす ほうれん草)	28 木	軟飯 煮魚 ほうれん草の白和え	米 白身魚 人参 しめじ ほうれん草 豆腐	きなこミルクかん (豆乳 きな粉 寒天)
14 木	軟飯 煮魚 ほうれん草の白和え	米 白身魚 人参 しめじ ほうれん草 豆腐	りんごかん (りんごジュース 寒天)	29 金	軟飯 かぼちゃと豆腐の煮もの ひじきと人参のおかか煮	米 豆腐 かぼちゃ 玉ねぎ 三度豆 ひじき 人参 かつおぶし	みそ煮込みうどん (うどん 鶏肉 玉ねぎ 人参)
15 金	軟飯 豆腐とツナうま煮 かぼちゃのレモン煮	米 豆腐 玉ねぎ 大根 人参 ツナ かぼちゃ レモン	米粉のバナナホットケーキ (米粉のケーキミックス バナナ)	30 土	軟飯 じゃがいものそぼろ煮 キャベツのスープ	米 鶏肉 じゃがいも 三度豆 キャベツ 人参	りんごのコンポート (りんご)

★この献立は後期食を基準に作成しています。中期食は、後期食のメニューから刻んだり、味を薄めたり、潰したものを提供しています。

前期食は、アクの少ない野菜をペースト状にして提供しています。

★後期食から、おやつを提供しています。

★後期食については、午前食に果物がついています。

★調味料は記載していませんが、中期食より使用しています。(砂糖、塩、みそ、しょうゆなど)