



2024年11月 離乳食献立表



		完了食	後期食
1日	昼食	軟飯 グリルチキン(鶏もも肉) カミカミサラダ(ゆで大豆・チーズ・きゅうり・人参・じゃが芋) はるさめスープ(春雨・キャベツ・人参・玉ねぎ)	全粥 グリルチキン(鶏もも肉) 野菜の軟煮(ゆで大豆・チーズ・きゅうり・人参・じゃが芋) スープ(キャベツ・人参・玉ねぎ)
	午後	焼うどん(豚もも肉・キャベツ・人参・玉ねぎ) 牛乳	うどんの軟煮(人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ)
2日	昼食	スタミナ丼(軟飯)(豚もも肉・人参・もやし・にら) キャベツスープ(キャベツ・玉ねぎ・えのき) オレンジ	全粥 野菜の軟煮(鶏もも肉・人参・大根) キャベツスープ(キャベツ・玉ねぎ) オレンジ
	午後	おにぎり(軟飯・わかめ) 牛乳	全粥(人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ)
5日	昼食	軟飯 鶏肉マーマレード焼き じゃがいも芋きんぴら(じゃが芋・人参・さつま揚げ) みそ汁(なめこ・豆腐・ねぎ)	全粥 鶏肉の照り焼き 野菜の軟煮(じゃが芋・人参) スープ(豆腐・大根・玉ねぎ)
	午後	トースト(コーンマヨチーズ) 牛乳	トースト スープ(じゃが芋・人参)
6日	昼食	軟飯 中華風厚焼き卵(にら・しいたけ・鶏もも肉・ねぎ・人参) 大根サラダ(大根・人参・きゅうり・コーン) 中華スープ(チンゲン菜・えのき・わかめ)	全粥 厚焼き卵(鶏もも肉・人参) 野菜の軟煮(大根・人参・きゅうり) スープ(チンゲン菜・大根)
	午後	おにぎり(軟飯・豚ひき肉・人参・干しいたけ) 牛乳	全粥(人参) スープ(大根・人参)
7日	昼食	ひじき御飯(軟飯)(ひじき・人参・ツナ) 鮭の西京焼き 生揚げと大根のそぼろ煮(生揚げ・ごぼう・人参・大根・干しいたけ) すまし汁(こまつな・かまぼこ・ねぎ)	全粥(人参) 鮭の軟煮(鮭・人参) 野菜の軟煮(人参・大根) スープ(こまつな・大根)
	午後	ソフトクッキー(黒糖なし) 牛乳	トースト スープ(大根・人参)
8日	昼食	軟飯 豚肉と春雨の野菜炒め(豚もも肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・ピーマン・春雨) ツナサラダ(キャベツ・きゅうり・人参・ツナ) みそ汁(かぶ・玉ねぎ・わかめ)	全粥 豚ひき肉のしょうゆ煮(豚ひき肉・玉ねぎ) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参・ツナ) スープ(かぶ・玉ねぎ)
	午後	焼きびん(軟飯)(人参・青のり・チーズ) 牛乳	全粥(人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ)
9日	昼食	カレーライス(軟飯)(鶏もも肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ) フレンチサラダ(キャベツ・きゅうり・人参) バナナ	全粥 肉じゃが(鶏もも肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) バナナ
	午後	おにぎり(軟飯)(さけ) 牛乳	全粥 スープ(人参・玉ねぎ)
11日	昼食	中華丼(軟飯)(豚もも肉・白菜・人参・玉ねぎ・たけのこ・干しいたけ・かまぼこ) 厚揚げの炒め物(生揚げ・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・にら・しめじ) みそ汁(キャベツ・人参・ねぎ)	全粥 豚ひき肉のしょうゆ煮(豚ひき肉・白菜) 野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(キャベツ・人参)
	午後	牛乳もち 麦茶	牛乳もち スープ(人参・玉ねぎ)
12日	昼食	軟飯 ダンリーチキン 切干大根のツナマヨサラダ(切干大根・人参・きゅうり・ツナ) すまし汁(豆腐・小松菜・人参・えのき)	全粥 鶏肉の照り焼き 野菜の軟煮(人参・きゅうり・ツナ) スープ(豆腐・小松菜・人参)
	午後	ホットケーキ・チーズ(コーン) 牛乳	ホットケーキ・チーズ(コーンなし) スープ(人参・小松菜)
13日	昼食	軟飯 豚肉とごぼうの甘辛炒め(豚もも肉・ごぼう・人参) もやしの和え物(もやし・人参・小松菜) みそ汁(玉ねぎ・油あげ・わかめ)	全粥 豚ひき肉と野菜の煮物(豚ひき肉・人参) 野菜の軟煮(大根・人参・小松菜) スープ(玉ねぎ・小松菜)
	午後	ふかし芋 牛乳	さつま芋の軟煮 スープ(人参・小松菜)
14日	昼食	軟飯 豚肉のしょうが焼き(玉ねぎ・もやし) かぼちゃサラダ(かぼちゃ・人参・きゅうり) みそ汁(なめこ・小松菜・人参・ねぎ)	全粥 豚ひき肉のしょうゆ煮(豚ひき肉・玉ねぎ・もやし) 野菜の軟煮(かぼちゃ・人参・きゅうり) スープ(小松菜・人参)
	午後	マカロニきな粉 牛乳	トースト スープ(人参・玉ねぎ)
15日	昼食	ゆかり御飯(軟飯)(しそふりかけ) さばの香味焼き(ねぎ) カリフラワーのカレー炒め(カリフラワー・玉ねぎ・ピーマン・しめじ) みそ汁(豆腐・ねぎ・わかめ)	全粥 カレイの照り焼き 野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(豆腐・大根)
	午後	ホットケーキ 牛乳	トースト スープ(大根・人参)

		完了食	後期食
16日	昼食	とん汁うどん(豚肉・大根・人参・里芋・ネギ) ちくわの磯部焼 バナナ	やわらかうどん(豚ひき肉) 野菜の軟煮(大根・人参) バナナ
	午後	チーズ蒸しパン 牛乳	チーズ蒸しパン スープ(大根・人参)
18日	昼食	軟飯 鶏肉のパン粉焼き 小松菜とコーンの和え物(小松菜・人参・コーン) みそ汁(玉ねぎ・人参・油あげ)	全粥 鶏肉の照り焼き 野菜の軟煮(小松菜・人参) スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	そばめし(軟飯)(焼きそば麺・キャベツ・人参・豚肉) 牛乳	全粥(人参) スープ(キャベツ・人参)
19日	昼食	軟飯 ハンバーグ(豚ひき肉・鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐) マカロニソテー(マカロニ・ブロッコリー・人参・玉ねぎ) みそ汁(じゃが芋・人参・玉ねぎ)	全粥 ハンバーグ(豚ひき肉・鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐) マカロニの軟煮(マカロニ・人参・玉ねぎ) スープ(じゃが芋・人参・玉ねぎ)
	午後	手作りパン(マヨ) 牛乳	手作りパン(マヨ抜き) スープ(玉ねぎ・人参)
20日	昼食	軟飯 なめたけつくね(鶏ひき肉・なめたけ・玉ねぎ・人参) キャベツの和風サラダ(キャベツ・人参・きゅうり) 豚汁(豚もも肉・大根・人参・ごぼう・ねぎ)りんご	全粥 つくね(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・人参・きゅうり) スープ(大根・人参) りんご
	午後	さつま芋のケーキ 牛乳	さつま芋のケーキ スープ(大根・キャベツ)
21日	昼食	軟飯 かれのいチーズ焼き ひじきの彩りサラダ(ひじき・大根・枝豆・ごぼう・人参・コーン) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参・さつま芋・えのき)	全粥 かれのいの照り焼き 野菜の軟煮(大根・人参・さつま芋) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)
	午後	かぼちゃクッキー 牛乳	かぼちゃクッキー スープ(玉ねぎ・キャベツ)
22日	昼食	軟飯 厚揚げのケチャップ煮(生揚げ・豚もも肉・玉ねぎ・人参・しいたけ・しめじ・ピーマン) パスタサラダ(スパゲッティ・きゅうり・人参・キャベツ) みそ汁(もやし・大根・人参・わかめ)	全粥 豚ひき肉のしょうゆ煮(豚ひき肉・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(きゅうり・人参・キャベツ) スープ(大根・人参)
	午後	おにぎり(軟飯)(さけわかめ) 牛乳	全粥(さけ) スープ(大根・人参)
25日	昼食	軟飯 鶏のから揚げ(鶏もも肉) はるさめサラダ(春雨・もやし・きゅうり・人参) みそ汁(チンゲン菜・もやし・ねぎ・わかめ)	全粥 鶏肉の照り焼き(鶏もも肉) 野菜の軟煮(きゅうり・人参) スープ(チンゲン菜・大根)
	午後	炒めビーフン(ビーフン・豚もも肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・しいたけ) 牛乳	全粥 スープ(玉ねぎ・人参)
26日	昼食	軟飯 たらこのケチャップあんかけ(たら・玉ねぎ・人参・しめじ・ピーマン) 大学芋 みそ汁(キャベツ・えのき・こまつな)	全粥 たらこの照り焼き(たら・玉ねぎ) 野菜の軟煮(さつま芋・人参) スープ(キャベツ・えのき・こまつな)
	午後	甘食 牛乳	甘食 スープ(キャベツ・玉ねぎ)
27日	昼食	ラーメン(中華麺・豚もも肉・もやし・にら・人参・コーン) 野菜マーボー豆腐(豆腐・豚ひき肉・玉ねぎ・なす・ピーマン) バナナ	やわらかうどん(うどん・豚ひき肉・人参・玉ねぎ) 野菜と豆腐の軟煮(豆腐・玉ねぎ・なす) バナナ
	午後	スイートポテト 牛乳	さつま芋の甘煮 スープ(玉ねぎ・なす)
28日	昼食	軟飯 揚げ豆腐(豆腐・卵・鶏ひき肉・ひじき・しいたけ・人参・さやえんどう) エリンギのソテー(小松菜・人参・エリンギ・ベーコン・コーン) みそ汁(キャベツ・玉ねぎ・わかめ)	全粥 揚げ豆腐(豆腐・卵・鶏ひき肉・人参) 野菜の軟煮(こまつな・人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ)
	午後	チャーハン(軟飯)(しらす・ひじき・人参・しいたけ・ピーマン) 牛乳	全粥 スープ(人参・玉ねぎ)
29日	昼食	カレーライス(軟飯)(豚もも肉・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・れんこん・しめじ) コーンスローのサラダ(キャベツ・人参・きゅうり) りんご	全粥 豚ひき肉と野菜のしょうゆ煮(豚ひき肉・かぼちゃ・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・人参・きゅうり) りんご
	午後	チーズサブレ 牛乳	トースト スープ(キャベツ・人参)
30日	昼食	ブルコギ丼(軟飯)(豚もも肉・玉ねぎ・人参・にら) スープ(白菜・えのき・人参) バナナ	全粥 豚ひき肉のと野菜の煮物(豚ひき肉・玉ねぎ・人参) スープ(白菜・人参) バナナ
	午後	おにぎり(軟飯)(昆布) 牛乳	全粥(人参) スープ(白菜・玉ねぎ)

※野菜スティックが毎日つきます

※後期食の豚ひき肉は赤身を使っています。