



2025年11月 離乳食献立表



白岡みちのご保育園

		完了食	後期食	中期食
01(土)	昼食	焼きそば 野菜スープ バナナ	やわらか焼きそば(豚肉・キャベツ・人参・玉ねぎ) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	やわらかうどん(しらす・キャベツ・人参・玉ねぎ) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ
	午後	おにぎり(塩昆布) 牛乳	軟飯(人参) 麦茶	軟飯(人参) 麦茶
04(火)	昼食	御飯 豚肉とチンゲン菜の味噌炒め ひじきの彩りサラダ みそ汁	軟飯 豚肉の軟煮(チンゲン菜・人参・玉ねぎ) 野菜の軟煮(ひじき・きゅうり・大根) スープ(玉ねぎ・人参)	全粥 豆腐のとうろ煮(チンゲン菜・人参・玉ねぎ) 野菜の軟煮(きゅうり・大根) スープ(玉ねぎ・人参)
		豆腐としらすのおやき(オイスターソース抜き) 牛乳	豆腐としらすのおやき(オイスターソース抜き) 麦茶	豆腐としらすのおやき(オイスターソース、あおさ粉、油抜き) 麦茶
	午後			
05(水)	昼食	食パン ミートローフ フレンチサラダ コンソメスープ	食パン ミートローフ(さやいんげん・ソース抜き) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) スープ(かぼちゃ・玉ねぎ)	パン粥 豆腐のとうろ煮(玉ねぎ・人参) スープ(かぼちゃ・玉ねぎ)
	午後	おにぎり(さつまいも) 牛乳	軟飯(さつまいも) 麦茶	全粥(さつまいも) 麦茶
06(木)	昼食	御飯 鶏肉のパン粉焼き(パセリ抜き) もやしとツナのソテー みそ汁	軟飯 鶏肉のパン粉焼き(パセリ抜き) 野菜軟煮(玉ねぎ・ほうれん草・ツナ) スープ(大根・人参)	全粥 鶏ひき肉のとうろ煮 野菜軟煮(玉ねぎ・ほうれん草・ツナ) スープ(大根・人参)
		マカロニのみたらし風 牛乳	マカロニのみたらし風 麦茶	マカロニのとうろ煮 麦茶
	午後			
07(金)	昼食	五目御飯 さばの照り焼き れんこんのきんぴら みそ汁(赤みそ)	軟飯(人参) かれいの照り焼き 野菜の軟煮(人参・小松菜) スープ(玉ねぎ・人参)	全粥(人参) かれいのとうろ煮 野菜の軟煮(人参・小松菜) スープ(玉ねぎ・人参)
		豆乳・パン・バナナ・アロア風 牛乳	軟飯(小松菜) 麦茶	軟飯(小松菜) 麦茶
	午後			
08(土)	昼食	ブルコギ丼 野菜スープ フルーツヨーグルト	軟飯 豚肉の軟煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	全粥 しらすのとうろ煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ
	午後	パンケーキ 牛乳	パンケーキ 麦茶	パン粥 麦茶
10(月)	昼食	御飯 豚肉の生姜焼き こんにゃくの和風サラダ みそ汁	軟飯 豚肉の軟煮(玉ねぎ・キャベツ) スティック野菜(きゅうり・人参) スープ(豆腐・玉ねぎ)	全粥 豆腐のとうろ煮(玉ねぎ・キャベツ) スティック野菜(きゅうり・人参) スープ(豆腐・玉ねぎ)
		きな粉ちんすこう 牛乳	きな粉ちんすこう 麦茶	パン粥 麦茶
	午後			
11(火)	昼食	御飯 たらのもみじ焼き じゃがいものてりてり煮 みそ汁(赤みそ)	軟飯 たらの照り焼き じゃが芋の軟煮 スープ(かぶ・人参)	全粥 かれいのとうろ煮 じゃが芋の軟煮 スープ(かぶ・人参)
		ビビンバおにぎり 牛乳	軟飯(人参) 麦茶	全粥(人参) 麦茶
	午後			
12(水)	昼食	カレーそばろ焼きそば フルーツヨーグルト 野菜スープ	やわらか焼きそば(豚ひき肉・玉ねぎ・人参) スープ(白菜・玉ねぎ) バナナ	やわらかうどん(しらす・玉ねぎ・人参) スープ(白菜・玉ねぎ) バナナ
	午後	スイートポテト 牛乳	スイートポテト 麦茶	さつま芋の軟煮 麦茶
13(木)	昼食	御飯 鶏肉とごぼうの甘辛炒め ほうれん草と豆腐のごま和え みそ汁	軟飯 鶏肉の軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(ほうれん草・キャベツ) スープ(なす・玉ねぎ)	全粥 豆腐のとうろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(ほうれん草・キャベツ) スープ(なす・玉ねぎ)
		ツナトースト 牛乳	トースト 麦茶	パン粥 麦茶
	午後			
14(金)	昼食	ガバオライス(オイスターソース抜き) かぼちゃのピザ焼き わかめスープ	軟飯 豚ひき肉の軟煮(大豆・玉ねぎ) かぼちゃの軟煮 スープ(玉ねぎ・人参)	全粥 鶏ひき肉のとうろ煮(大豆・玉ねぎ) かぼちゃの軟煮 スープ(玉ねぎ・人参)
		ウィークエンドシトロン 牛乳	ホットケーキ 麦茶	パン粥 麦茶
	午後			
15(土)	昼食	ミートサブゲティー コンソメスープ バナナ	やわらかスパゲティー(豚ひき肉・玉ねぎ・人参) スープ(じゃが芋・玉ねぎ・人参) バナナ	やわらかスパゲティー(しらす・玉ねぎ・人参) スープ(じゃが芋・玉ねぎ・人参) バナナ
	午後	鬼まんじゅう 牛乳	鬼まんじゅう 麦茶	さつま芋の軟煮 麦茶

		完了食	後期食	中期食
17(月)	昼食	御飯 野菜マーボー豆腐 春雨サラダ 中華スープ	軟飯 豚ひき肉の軟煮(玉ねぎ・人参) スティック野菜(きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	全粥 豆腐のとうろ煮(玉ねぎ・人参) スティック野菜(きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	おにぎり(菜飯) 牛乳	軟飯(人参) 麦茶	全粥(人参) 麦茶
18(火)	昼食	カレーライス(麦抜き) コールスローサラダ コンソメスープ	軟飯 豚肉の軟煮(かぼちゃ・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・人参・きゅうり) スープ(玉ねぎ・人参)	全粥 しらすのとうろ煮(かぼちゃ・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・人参・きゅうり) スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	ベイクドニョッキ 牛乳	ベイクドニョッキ(コンソメ抜き) 麦茶	じゃが芋の軟煮 麦茶
19(水)	昼食	ピラフ タンドリーチキン もやしのごまサラダ 野菜スープ	軟飯(人参) 鶏の照り焼き 野菜の軟煮(小松菜・人参・ツナ) スープ(大根・玉ねぎ)	全粥(人参) 鶏ひき肉のとうろ煮 野菜の軟煮(小松菜・人参・ツナ) スープ(大根・玉ねぎ)
	午後	みそ蒸しパン 牛乳	みそ蒸しパン 麦茶	パン粥 麦茶
20(木)	昼食	御飯 きのこつくね 野菜炒め みそ汁(赤みそ)	軟飯 つくね 野菜の軟煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(白菜・玉ねぎ)	全粥 鶏ひき肉のとうろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(白菜・玉ねぎ)
		お好みトースト 牛乳	トースト 麦茶	パン粥 麦茶
	午後			
21(金)	昼食	御飯 さわらのみそ焼き 大豆とさつま芋のしゃりしゃり揚げ みそ汁	軟飯 かれいの照り焼き さつま芋の軟煮 スープ(かぶ・かぶの葉・玉ねぎ)	全粥 かれいのとうろ煮 さつま芋の軟煮 スープ(かぶ・かぶの葉・玉ねぎ)
		おからクッキー(HM) 牛乳	クッキー 麦茶	パン粥 麦茶
	午後			
22(土)	昼食	豚肉のみそ丼 すまし汁 バナナ	軟飯 豚肉の軟煮(小松菜・玉ねぎ・人参) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	全粥 しらすのとうろ煮(小松菜・玉ねぎ・人参) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ
	午後	おにぎり(ゆかり) 牛乳	軟飯 麦茶	全粥 麦茶
25(火)	昼食	あんかけうどん 大根のそぼろあん りんご	やわらかうどん(鶏肉・白菜・玉ねぎ) スティック野菜(大根・人参) りんご	やわらかうどん(鶏ひき肉・白菜・玉ねぎ) スティック野菜(大根・人参) りんご
	午後	チュモツバ 牛乳	軟飯(ツナ) 麦茶	全粥(ツナ) 麦茶
26(水)	昼食	御飯 かれいの照り焼き 小松菜の磯和え けんちん汁	軟飯 かれいの照り焼き 野菜の軟煮(小松菜・人参) スープ(豆腐・人参)	全粥 かれいのとうろ煮 野菜の軟煮(小松菜・人参) スープ(豆腐・人参)
	午後	豆腐ケーキ 牛乳	豆腐ケーキ 麦茶	パン粥 麦茶
27(木)	食昼	御飯 中華風厚焼き卵 中華うま煮 中華スープ	軟飯 鶏ひき肉の軟煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(白菜・玉ねぎ) スープ(大根・人参)	全粥 鶏ひき肉の軟煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(白菜・玉ねぎ) スープ(大根・人参)
	後午	トースト(ごま) 牛乳	トースト(ごま) 麦茶	パン粥 麦茶
28(金)	食昼	御飯 厚揚げのケチャップ煮 マカロニサラダ みそ汁	軟飯 豚ひき肉の軟煮(玉ねぎ・人参) マカロニの軟煮(きゅうり・キャベツ) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ)	全粥 しらすの軟煮(玉ねぎ・人参) マカロニの軟煮(きゅうり・キャベツ) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ)
	後午	芋もち(じゃがいも・さつまいも) 牛乳	芋もち(じゃがいも・さつまいも) 麦茶	さつま芋とじゃが芋の軟煮 麦茶
29(土)	昼食	御飯 肉じゃが コンソメスープ ぶどうゼリー	軟飯 肉じゃが(豚肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	全粥 しらすのとうろ煮(玉ねぎ・じゃが芋・人参) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ
	午後	ちんすこう 牛乳	ちんすこう 麦茶	パン粥 麦茶

※野菜スティックが毎日つきます

※中期食の鶏ひき肉は鶏ささみのひき肉です。