11月 離乳食献立

淀白鳥保育園

日付		曜日	献立名	材料	おやつ
2	16 30	月	1おかゆ 2鶏ミンチの野菜煮 3小松菜の和え物 4すまし汁	米、シーチキン、人参、白菜 鶏ミンチ、玉ねぎ、人参、しょうゆ（うすくち）、 昆布だし汁 小松菜、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5きな粉マカロニ マカロニ、きな粉
	17	火	1おかゆ 2豚ミンチとじゃが芋煮 3ほうれん草の和え物 4すまし汁	米 豚ミンチ、じゃが芋、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁 ほうれん草、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5チーズトースト 食パン、チーズ
4	18	水	1おかゆ 2ささみのかぼちゃ煮 3ブロッコリーの和え物 4すまし汁	米 ささみ、かぼちゃ、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 ブロッコリー、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5ヨーグルト
5	19	木	1おかゆ 2鮭の煮つけ 3高野豆腐の煮物 4すまし汁	米 鮭、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 高野豆腐、玉ねぎ、人参、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5青のりのおやき 青のり、豆腐、小麦粉
6	20	金	1おかゆ 2鶏ミンチと野菜の和え物 3大根の煮つけ 4すまし汁	米 鶏ミンチ、人参、きゅうり、しょうゆ（うすくち） 大根、人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5さつまいも団子 さつまいも
7	21	土	1おじや 2豆腐の煮物 3すまし汁	米、ツナ、人参、白菜、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁 豆腐、にんじん、しめじ、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	4じゃがいも スティック
9		月	1おかゆ 2鶏ミンチとひじきの煮 3さつまいも煮 4すまし汁	米、シーチキン、人参、白菜 鶏ミンチ、ひじき、人参、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁 さつまいも、人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5わかめおじや 米、わかめ、 しょうゆ（うすくち） 昆布だし汁
10	24	火	1おかゆ 2カレイの煮つけ 3ブロッコリーのサラダ 4すまし汁	米 カレイ、しょうゆ（うすち）、昆布だし汁 ブロッコリー、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5人参ヨーグルト ヨーグルト、人参
11	25	水	1おかゆ 2ささみと野菜の煮物 3キャベツの和え物 4すまし汁	米 ささみ、玉ねぎ、人参、しょうゆ（うすち）、昆布だし汁 キャベツ、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）昆布だし汁	5すりおろしリンゴ煮 りんご
12	26	木	1おかゆ 2鶏ミンチのトマト煮 3ポテトサラダ 4すまし汁	米 鶏ミンチ、トマト、人参、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁 じゃが芋、玉ねぎ、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5お麸ラスク 麸
13	27	金	1おかゆ 2白身魚の煮つけ 3切干大根の和え物 4すまし汁	米 たら、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 切干大根、きゅうり、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5かぼちゃ スティック
14	28	土	1ささみのおじや 2じゃがいもの煮つけ 3すまし汁	米、ささみ、人参、しめじ、しょうゆ(うすくち)、 昆布だし汁 じゃが芋、人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	4バナナ

主食は月齢により、すりつぶし・あらずり・軟飯等
※月曜日から土曜日まで上記に6野菜ステック煮が付きます。
※献立、材料は都合により変更することがありますのでご了承ください。