

# 離乳食献立

2025年11月



淀白鳥保育園

日付		曜日	献立名	材料	おやつ
1	15	土	1シーチキンのおじや 2豆腐煮 3すまし汁	米、シーチキン、人参、白菜 しょうゆ（うすくち）、昆布だし 豆腐、人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5じゃが芋スティック じゃが芋
	17	月	1おかゆ 2鶏ミンチの野菜煮 3白菜の和え物 4すまし汁	米 鶏ミンチ、人参、玉ねぎ、しょうゆ（うすくち）、昆布だし 白菜、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お麩ラスク 麩
4	18	火	1おかゆ 2カレイの煮つけ 3さつま芋煮 4すまし汁	米 カレイ、昆布だし汁、しょうゆ（うすくち） さつま芋、人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5きな粉ヨーグルト きな粉、ヨーグルト
5	19	水	1おかゆ 2鶏ミンチと玉ねぎ煮 3ブロッコリーの和え物 4すまし汁	米 鶏ミンチ、玉ねぎ、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わかめのおじや わかめ、米
6	20	木	1おかゆ 2鶏ささみの野菜煮 3きゅうりの和え物 4すまし汁	米 鶏ささみ、人参、ピーマン、しょうゆ（うすくち）、昆布だし 胡瓜、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かぼちゃのおやき かぼちゃ
7	21	金	1おかゆ 2白身魚の煮つけ 3豆腐とチンゲン菜煮 4すまし汁	米 タラ、しょうゆ（うすくち）、昆布だし 豆腐、チンゲン菜、しょうゆ（うすくち）、昆布だし、 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5トマトトースト トマト、食パン
8	22	土	1シーチキンのおじや 2かぼちゃ煮 3すまし汁	米、シーチキン、人参、玉ねぎ、 しょうゆ（うすくち）、昆布だし かぼちゃ、人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	4さつま芋スティック さつまいも
10		月	1おかゆ 2豚ミンチと玉ねぎ煮 3白菜の和え物 4すまし汁	米 豚ミンチ、玉ねぎ、しょうゆ（うすくち）、昆布だし 白菜、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じゃがもち じゃが芋
11	25	火	1おかゆ 2カレイの煮付け 3マカロニ和え 4すまし汁	米 カレイ、しょうゆ（うすくち）、昆布だし マカロニ、人参、胡瓜、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 人参、ヨーグルト
12	26	水	1おかゆ 2鶏ミンチの野菜煮 3じゃが芋煮 4すまし汁	米 鶏ミンチ、人参、玉ねぎ、しめじ、しょうゆ（うすくち）、昆布だし じゃが芋、しょうゆ（うすくち）、昆布だし 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5バナナ
13	27	木	1おかゆ 2豚ミンチと大根煮 3ひじき和え 4すまし汁	米 豚ミンチ、大根、しょうゆ（うすくち）、昆布だし ひじき、人参、しょうゆ（うすくち）、 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし	5青のりのおやき 青のり、豆腐、小麦粉
14	28	金	1おかゆ 2鮭の煮つけ 3キャベツのサラダ 4すまし汁	米 鮭、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 キャベツ、人参、胡瓜、しょうゆ（うすくち）、昆布だし 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5スイートポテト さつまいも
			主食は月齢により、すりつぶし・あらすり・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。		

