



# 11月離乳食献立表



日	曜	2～3回食期 午前 (10:00～)	完了食期 (10:15～)	2～3回食期 午後 (14:00～)	完了食期おやつ (14:30～)
1	木	かゆ 煮魚(白身魚) 煮浸し(小松菜 人参) すまし汁(大根 キャベツ)	軟飯 煮魚 煮浸し ちくわのすまし汁 かき揚げ	じゃが芋のトマト煮 (生鮭 じゃがいも 人参 玉ねぎ トマト) 野菜スープ(大根 長ねぎ)	じゃが芋のトマト煮  牛乳 果物
2	金	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉 人参 大根 玉ねぎ) 味噌汁(かぶ かぶの葉)	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 かぶとなめこの味噌汁 じゃがいものバター煮	かゆ 炒め煮(じゃがいも 玉ねぎ) 野菜スープ (かじき 大根 人参 長ねぎ)	かじき雑炊  牛乳 果物
17	土	かゆ 煮魚(白身魚) かぼちやの甘煮(かぼちや) スープ(玉ねぎ 人参)	軟飯 煮魚 かぼちやの甘煮 玉ねぎとベーコンのスープ スティックチーズ	野菜雑炊 (かぼちや 人参 玉ねぎ)	野菜雑炊  牛乳
5	月	かゆ 煮魚(白身魚) 煮物(キャベツ もやし) スープ(えのき 人参 長ねぎ)	軟飯 煮魚 煮物 えのきともやしの野菜スープ さつまいもの天ぷら	かゆ 煮物(椎茸 人参) 味噌汁 (かじき 人参 大根 長ねぎ)	味噌雑炊  牛乳 果物
6	火	かゆ 肉じゃが (豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋) 味噌汁(キャベツ 玉ねぎ)	軟飯 肉じゃが 味噌汁(キャベツ 玉ねぎ) マカロニのケチャップ煮	かゆ 野菜スティック(じゃがいも 人参) 野菜スープ (たら 大根 人参 長ねぎ)	たら雑炊  牛乳 果物
7	水	かゆ 煮魚(白身魚) 煮物(かぶ 人参) 味噌汁(玉ねぎ わかめ)	軟飯 煮魚 煮物 玉ねぎの味噌汁 さつまいもとりんごのバター煮	かゆ さつまいもの甘煮(さつまいも) 野菜スープ (生鮭 玉ねぎ 人参 長ねぎ)	鮭雑炊  牛乳 果物
8	木	かゆ 煮魚(白身魚) 煮浸し(ほうれん草 人参) 味噌汁(大根 長ねぎ)	軟飯 煮魚 煮浸し 大根と油揚げの味噌汁 はすの磯辺揚げ	かゆ 大根の甘煮(大根) 野菜スープ (さつまいも 人参 玉ねぎ)	さつまいも雑炊  牛乳 果物
9	金	かゆ 豚肉と野菜の煮物 (豚ひき肉 豆腐 キャベツ 人参) スープ(春雨 人参 玉ねぎ)	軟飯 豚肉と野菜の煮物 春雨スープ 煮魚(かじき)	かゆ 煮物(キャベツ 人参) 野菜スープ (しらす 人参 大根 長ねぎ)	しらす雑炊  牛乳 果物
10	土	かゆ 豆腐と野菜の煮物 (豆腐 しめじ 人参 玉ねぎ) スープ(人参 もやし)	軟飯 豆腐と野菜の煮物 もやしのスープ 煮魚(おひょう)	野菜雑炊 (椎茸 人参 玉ねぎ)	野菜雑炊  牛乳
12	月	かゆ 煮魚(白身魚) 煮浸し(チンゲン菜 玉ねぎ) 味噌汁(しめじ 人参)	軟飯 煮魚 煮浸し きのこの味噌汁 かぼちやの天ぷら	かゆ 煮魚(かじき) 野菜スープ (かぼちや 玉ねぎ 人参 長ねぎ)	かぼちや雑炊  牛乳 果物
13	火	かゆ 煮魚(白身魚) 煮物(白菜 人参) 味噌汁(玉ねぎ わかめ)	軟飯 煮魚 煮物 中華風コーンスープ 大根の甘煮	かゆ 野菜スティック(大根) 洋風スープ (生鮭 人参 玉ねぎ ピーマン)	洋風雑炊  牛乳 果物
14	水	かゆ 煮魚(白身魚) 煮物(じゃが芋 人参) すまし汁(豆腐 長ねぎ)	軟飯 煮魚 煮物 豆腐のすまし汁 煮豆	かゆ 煮物(豆腐) 野菜スープ (しらす 人参 大根 長ねぎ)	しらす雑炊  牛乳 果物
15	木	かゆ 煮魚(かじき) 煮物(キャベツ 人参) 味噌汁(もやし 大根)	軟飯 煮魚 煮物 豆乳味噌汁 ウインナーソテー	かゆ じゃがいもの甘煮(じゃがいも) 野菜スープ (鶏ひき肉 人参 大根 長ねぎ)	鶏そぼろ雑炊  牛乳 果物
21	水	備蓄かゆ 備蓄ベビーフード 麦茶	備蓄かゆ 備蓄ベビーフード 麦茶	かゆ 煮魚(白身魚) 野菜スープ (玉ねぎ 人参 大根 長ねぎ)	おかか雑炊  牛乳 果物
16	金	かゆ 豚肉と野菜の煮物 (豚ひき肉 しめじ 人参 玉ねぎ) 味噌汁(さつまいも 人参)	軟飯 豚肉と野菜の煮物 かぶの味噌汁 りんごの甘煮	かゆ 煮物(かぶ 人参) 野菜スープ (かじき 大根 人参 長ねぎ)	かじき雑炊  牛乳 果物

・都合により、材料が変更になる場合があります。

・21日(水)防災炊き出し訓練の為、午前食は防災用の食事となります。

震災を想定し、給食は火を使わずに食べられる備蓄がゆ、保育園で備蓄しているベビーフード、麦茶となります。