



# 11月離乳食献立表

2023. 11. 1  
たかさご保育園キッチン

日	曜	後期食期 午前 (10:00~)	完了食期 (10:15~)	後期食期 午後 (14:00~)	完了食期おやつ (14:30~)
1, 15 29	水	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜の煮物(人参、玉ねぎ、春雨) 味噌汁(白菜、大根)	軟飯、煮魚、野菜の煮物 白菜の味噌汁 はすのいそべ揚げ	かゆ、さつまいもの煮物(さつまいも) かじき入りスープ (かじき、人参、大根、長ねぎ)	かじき雑炊  牛乳
2, 16 30	木	かゆ、ひき肉と野菜のトマト煮 (鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、マッシュルーム、トマト) 野菜スープ(人参、玉ねぎ、大根)	軟飯、ひき肉と野菜のトマト煮 野菜スープ 茹でブロッコリー	かゆ、茹でブロッコリー(ブロッコリー) しらす入りスープ (しらす、人参、大根、長ねぎ)	しらす雑炊  牛乳
17	金	かゆ、豆腐と野菜の煮物 (豆腐、玉ねぎ、白菜) 味噌汁(人参、大根)	軟飯、豆腐と野菜の煮物 大根と厚揚げの味噌汁 人参の甘煮	かゆ、じゃが芋の煮物(じゃが芋) 鮭入りスープ (生鮭、人参、大根、長ねぎ)	鮭雑炊  牛乳
4 18	土	かゆ、煮魚(白身魚) かぼちゃの煮物(かぼちゃ) 野菜スープ(きゃべつ、人参、玉ねぎ)	軟飯、煮魚、かぼちゃの煮物 玉ねぎとベーコンのスープ スティックチーズ	野菜雑炊 (人参、玉ねぎ、きゃべつ)	野菜雑炊  牛乳
6 20	月	かゆ、ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、人参、きゃべつ、玉ねぎ) 味噌汁(豆腐、なめこ、長ねぎ)	軟飯、ひき肉と野菜の煮物 豆腐となめこの味噌汁 さつまいもとりんごのバター煮	かゆ、さつまいもの煮物(さつまいも) 野菜スープ (鶏ひき肉、人参、大根、長ねぎ)	鶏そぼろ雑炊  牛乳
7 21	火	かゆ、煮魚(かじき) さつまいもの煮物(さつまいも) 春雨スープ(人参、白菜、春雨)	軟飯、煮魚、さつまいもの煮物 白菜スープ マカロニのケチャップ煮	かゆ、スティック野菜(人参、大根) 白身魚入りスープ (白身魚、人参、玉ねぎ、長ねぎ)	白身魚雑炊  牛乳
8 22	水	かゆ、豆腐と野菜の煮物 (豆腐、人参、玉ねぎ) コンスープ(豚ひき肉、玉ねぎ、クリームコン)	軟飯、豆腐と野菜の煮物 中華風コンスープ 大根の甘煮	じゃが芋のトマト煮 (生鮭、人参、玉ねぎ、トマト、じゃが芋) 野菜スープ(大根、長ねぎ)	じゃが芋のトマト煮  牛乳
9	木	かゆ、ひき肉と野菜のトマト煮 (鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、えのき、しめじ、トマト) 野菜スープ(きゃべつ、人参、玉ねぎ)	軟飯、ひき肉と野菜のトマト煮 野菜スープ 魚のいそべ揚げ	かゆ、煮魚(かじき) 野菜スープ (さつまいも、人参、大根、長ねぎ)	野菜雑炊  牛乳
10 24	金	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜の煮物(人参、大根) 味噌汁(きゃべつ、わかめ)	軟飯、煮魚、野菜の煮物 きゃべつと油揚げの味噌汁 ジャーマンポテト	かゆ、野菜の煮物(玉ねぎ、じゃが芋) たら入りスープ (たら、人参、大根、長ねぎ)	たら雑炊  牛乳
11 25	土	かゆ、煮魚(白身魚) 煮びたし(人参、きゃべつ) 野菜スープ(人参、玉ねぎ、大根)	軟飯、煮魚、煮びたし 玉ねぎとベーコンのスープ スティックチーズ	野菜雑炊 (人参、玉ねぎ、大根)	野菜雑炊  牛乳
13 27	月	かゆ、豆腐と野菜の煮物 (豆腐、人参、玉ねぎ、小松菜) 味噌汁(かぼちゃ、玉ねぎ)	軟飯、豆腐と野菜の煮物 かぼちゃの味噌汁 生鮭のバター焼き	かゆ、煮魚(生鮭) 野菜スープ (人参、大根、長ねぎ)	おかか雑炊  牛乳
14 28	火	まぐろのそぼろ丼(かじき、人参、玉ねぎ、干しいたけ) じゃが芋の煮物(じゃが芋) 味噌汁(人参、大根)	まぐろのそぼろ丼 じゃが芋の煮物、かき揚げ 大根と人参の味噌汁	かゆ、豆腐の煮物(豆腐) 洋風スープ (生鮭、人参、玉ねぎ、ピーマン)	洋風雑炊  牛乳

・都合によりメニュー、材料が変更になる場合があります。