

11月離乳食予定献立表

いちご乳児保育園

日	曜日	5~6ヶ月頃 (ゴックン期)	7~8ヶ月頃 (モグモグ期)	9~11ヶ月頃(午前) (カミカミ期)	9~11ヶ月頃(午後) (カミカミ期)
1 ・ 15	火	つぶし粥 スープ 人参煮つぶし じゃが芋煮つぶし	粥 スープ 豚挽肉人参あんかけ煮 じゃが芋スティック煮	軟飯 味噌汁(油揚げ・水菜) 豚肉の香味焼き ダイスサラダ オレンジ	雑炊(長ねぎ・豚肉) 人参じゃが芋煮 グレープフルーツ赤
2 ・ 16	水	つぶし粥 スープ 玉ねぎ煮つぶし 人参煮つぶし	粥 スープ 納豆玉ねぎ煮 人参スティック煮	軟飯 味噌汁(キャベツ・しめじ) 炒め納豆 小松菜しらす和え グレープフルーツ白	トースト スープ(小松菜) 豚挽肉玉ねぎキャベツ煮 バナナ
17	木	つぶし粥 スープ 白菜煮つぶし 人参煮つぶし	粥 スープ 鶏挽肉白菜あんかけ煮 人参スティック煮	軟飯 味噌汁(豆腐・人参) ひき肉入りオムレツ 白菜ごま和え バナナ	軟飯 すまし汁(白菜) 鶏挽肉人参玉ねぎ煮 オレンジ
4 ・ 18	金	つぶし粥 スープ 豆腐煮つぶし ブロッコリー煮つぶし	粥 スープ 豆腐玉ねぎあんかけ煮 ブロッコリー煮	軟飯 味噌汁(白菜・ふのり) 豆腐のツナ焼き ブロッコリー中華和え りんご	雑炊(ブロッコリー・人参) 豆腐白菜煮 キウイ
5 ・ 19	土	つぶし粥 スープ かぼちゃ煮つぶし	粥 スープ 鶏挽肉ほうれん草あんかけ煮 かぼちゃ煮	かしわうどん 南瓜のグラッセ風 バナナ	テーブルロール 麦茶 チーズ りんご
7 ・ 21	月	つぶし粥 スープ 大根煮つぶし じゃが芋煮つぶし	粥 スープ 鶏挽肉大根あんかけ煮 じゃが芋スティック煮	軟飯 豚汁 鶏肉のさっぱり煮 大根のり和え りんご	軟飯 すまし汁(大根) 豆腐玉ねぎ人参煮 グレープフルーツ赤
8 ・ 22	火	パン粥 スープ かれない煮つぶし 玉ねぎ煮つぶし	パン粥 スティックパン スープ かれない玉ねぎあんかけ煮 果物	テーブルロール 人参ポタージュ カレーのソース焼き 胡瓜とワカメのサラダ バナナ	味噌雑炊(白す干し・小松菜) かれない人参玉ねぎ煮 オレンジ
9 ・ 30	水	つぶし粥 スープ 白菜煮つぶし 大根煮つぶし	粥 スープ 豆腐白菜あんかけ煮 大根スティック煮	軟飯 味噌汁(大根・麩) マーボー豆腐 白菜お浸し キウイ	軟飯 すまし汁(白菜) 豆腐大根人参煮 バナナ
10 ・ 24	木	つぶし粥 スープ キャベツ煮つぶし さつまいも煮つぶし	粥 スープ 豚挽肉キャベツあんかけ煮 さつまいもスティック煮	軟飯 味噌汁(さつまいも・玉ねぎ) 豚肉味噌焼き キャベツとコーンのソテー グレープフルーツ白	軟飯 スープ(キャベツ) 豚肉玉ねぎさつまいも煮 りんご
11 ・ 25	金	つぶし粥 スープ 小松菜煮つぶし 人参煮つぶし	粥 スープ 鮭小松菜あんかけ煮 人参スティック煮	軟飯 味噌汁(人参・わかめ) 鮭フライ湯通し 切干大根のナムル りんご	雑炊(小松菜・鮭) 人参味噌煮 キウイ
12 ・ 26	土	つぶし粥 スープ 玉ねぎ煮つぶし	粥 スープ 豚挽肉玉ねぎあんかけ煮 人参スティック煮	味噌うどん 胡瓜ツナ和え オレンジ	テーブルロール 麦茶 チーズ バナナ
14 ・ 28	月	つぶし粥 スープ キャベツ煮つぶし じゃが芋煮つぶし	粥 スープ 豚挽肉キャベツあんかけ煮 じゃが芋スティック煮	軟飯 ボークシチュー キャベツしめじ炒め キウイ	軟飯 スープ(キャベツ) 豚肉人参玉ねぎ煮 オレンジ
29	火	つぶし粥 スープ たら煮つぶし 人参煮つぶし	粥 スープ たら小松菜あんかけ煮 人参スティック煮	軟飯 豆乳味噌汁(小松菜・玉ねぎ) たらの竜田揚げ湯通し ごま人参 オレンジ	軟飯 味噌汁(人参) たら玉ねぎ小松菜煮 グレープフルーツ赤

