

2024年

11月

離乳食献立表

	初期(ごっくん期)	中期(もぐもぐ期)	後期(かみかみ期)	完了期
	5~6ヶ月	7~8ヶ月	9~11ヶ月	12~18ヶ月
日 曜	10倍粥・ミルク	7倍粥・ミルク	5倍粥	軟飯
1 金	ほうれん草ペースト 大根ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・ほうれん草すりつぶし 大根すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	豚肉・大根・人参柔らか煮 大根スティック わかめ・えのき・ほうれん草・人参の澄まし汁	厚揚げと大根の味噌炒め(竹の子抜き) 大根スティック ほうれん草の澄まし汁
5 火	玉ねぎペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎすりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	合い挽きミンチ・玉ねぎ・ピーマン・椎茸・ミックスベジタブル・じゃが芋柔らか煮 人参スティック 舞茸・玉ねぎ・ごぼう・人参のスープ	合い挽きミンチの卵とじ 人参スティック 舞茸汁
6 水	小松菜ペースト キャベツペースト 昆布だしと野菜スープ	白身魚・小松菜すりつぶし キャベツすりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	白身魚の煮付け キャベツ・小松菜・人参柔らか煮 玉ねぎ・人参の味噌汁	赤魚の煮付け(生姜抜き) キャベツと小松菜のおかか和え 三つ葉と油揚げの味噌汁
7 木	キャベツペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・キャベツすりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	豚肉・白菜・玉ねぎ・ピーマン・エリンギ・もやし柔らか煮 人参スティック 玉ねぎ・キャベツ・もやし・人参のスープ	八宝菜(ちくわ・生姜抜き) 人参スティック ラーメンスープ
8 金	人参すりつぶし じゃが芋ペースト 昆布だしと野菜スープ	豆腐・人参すりつぶし じゃが芋マッシュ 煮干しだしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎ・人参・三度豆柔らか煮 じゃが芋スティック 豆腐・わかめ・玉ねぎ・人参の味噌汁	鶏じゃが(こんにやく抜き) じゃが芋スティック 豆腐と玉ねぎの味噌汁
11 月	さつま芋ペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・さつま芋すりつぶし 人参すりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	高野豆腐・椎茸・ミックスベジタブル柔らか煮 人参スティック 豚肉・大根・人参・ごぼう・椎茸・さつま芋の味噌汁	高野豆腐と干し椎茸の含め煮(干し椎茸抜き) 人参スティック 豚汁(こんにやく抜き)
12 火	人参ペースト 大根ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・人参すりつぶし 大根すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	鶏ミンチ・白菜・椎茸・人参・春雨のスープ 大根スティック 大根・水菜・人参・きゅうり柔らか煮	白菜と鶏団子のスープ(生姜抜き) 大根スティック 大根と水菜のサラダ(ハム抜き)
13 水	ほうれん草ペースト 玉ねぎペースト 昆布だしと野菜スープ	白身魚・ほうれん草すりつぶし 玉ねぎすりつぶし 鰹だしと野菜スープ	白身魚の煮付け 人参・もやし・ほうれん草・コーン柔らか煮 キャベツ・人参・玉ねぎ・椎茸のスープ	きのこご飯 白身魚のフライ 人参サラダ 野菜スープ(ベーコン抜き)
14 木	かぼちゃペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・かぼちゃすりつぶし 人参すりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	ささみ・大根・人参柔らか煮 人参スティック わかめ・かぼちゃ・玉ねぎの味噌汁	おでん(ちくわ・平天・こんにやく抜き) 人参スティック かぼちゃの味噌汁
15 金	キャベツペースト じゃが芋ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・キャベツすりつぶし じゃが芋マッシュ 鰹だしと野菜スープ	豚肉・玉ねぎ・人参のスープ じゃが芋スティック キャベツ・人参・きゅうり・コーン柔らか煮	ポークカレー じゃが芋スティック オレンジドレッシングサラダ(ハム抜き)
18 月	玉ねぎペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎすりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	ささみ・キャベツ・玉ねぎ・ピーマン・椎茸・もやしのスープ 人参スティック 千切り大根・人参・玉ねぎ柔らか煮	栄養汁(生姜抜き) 人参スティック 千切り大根とベーコンの炒め煮(ベーコン抜き)
19 火	小松菜ペースト さつま芋ペースト 昆布だしと野菜スープ	白身魚・小松菜すりつぶし さつま芋マッシュ 煮干しだしと野菜スープ	白身魚の煮付け 人参・小松菜・白菜・コーン柔らか煮 わかめ・玉ねぎ・さつま芋の味噌汁	鮭のマヨネーズ焼き ごま酢和え さつま芋の味噌汁
20 水	豆腐ペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	豆腐・チンゲン菜すりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	豆腐・豚ミンチ・玉ねぎ柔らか煮 人参スティック チンゲン菜・コーン・玉ねぎのスープ	麻婆豆腐(生姜・にんにく抜き) 人参スティック チンゲン菜とベーコンのスープ(ベーコン抜き)
21 木	キャベツペースト 玉ねぎペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・キャベツすりつぶし 玉ねぎすりつぶし 鰹だしと野菜スープ	鶏肝の柔らか煮 わかめ・キャベツ・コーン・人参柔らか煮 わかめ・玉ねぎ・キャベツのスープ	鶏肝の元気煮(生姜・にんにく抜き) キャベツとわかめのごまマヨ和え かきたま汁(蒲鉾抜き)
22 金	人参ペースト 大根ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・人参すりつぶし 大根すりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	豚肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・キャベツ・うどん柔らか煮 大根スティック わかめ・大根・なめこの味噌汁	焼きうどん 大根スティック 大根となめこの味噌汁
25 月	玉ねぎペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎすりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	しめじ・えのき・エリンギ・玉ねぎ・スパゲティ柔らか煮 人参スティック ささみ・もやし・人参のスープ	きのこのスパゲティ(ベーコン抜き) 人参スティック もやしスープ(干し椎茸抜き)
26 火	ほうれん草ペースト 豆腐ペースト 昆布だしと野菜スープ	白身魚・ほうれん草すりつぶし 豆腐ペースト 鰹だしと野菜スープ	白身魚の煮付け ごぼう・れんこん・きゅうり・人参・コーン柔らか煮 豆腐・ほうれん草・えのき・人参の澄まし汁	鯖の塩焼き れんこん入りごぼうサラダ 豆腐の澄まし汁
27 水	かぶペースト 人参ペースト 昆布と野菜スープ	ささみ・かぶすりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	豚肉・大豆・玉ねぎ・ピーマン・じゃが芋・マカロニ柔らか煮 人参スティック かぶ・玉ねぎ・人参・椎茸のスープ	ポークビーンズ 人参スティック かぶのスープ(ベーコン抜き)
28 木	玉ねぎペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎすりつぶし 人参すりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	ささみ・三度豆・里芋柔らか煮 人参スティック 玉ねぎ・えのき・人参の味噌汁	とり肉と里芋の炊き合わせ(こんにやく抜き) 人参スティック えのきと玉ねぎの味噌汁
29 金	ブロッコリーペースト じゃが芋ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・ブロッコリー じゃが芋マッシュ 鰹だしと野菜スープ	牛肉・玉ねぎ・人参のスープ じゃが芋スティック ブロッコリー・きゅうり・人参・キャベツ柔らか煮	ハヤシルウ じゃが芋スティック ブロッコリーとハムのサラダ(ハム抜き)

☆月齢は目安です。お子様の離乳食の進み具合に合わせて担任にご相談下さい。

☆食材は、予定ですので一部変更することがあります。

☆完了食のハム・ベーコンはツナに変わります。

☆完了食については普通献立表を参考に比べて下さい。

☆完了食で軟飯のお子様には行事献立の味つけご飯は提供していません。