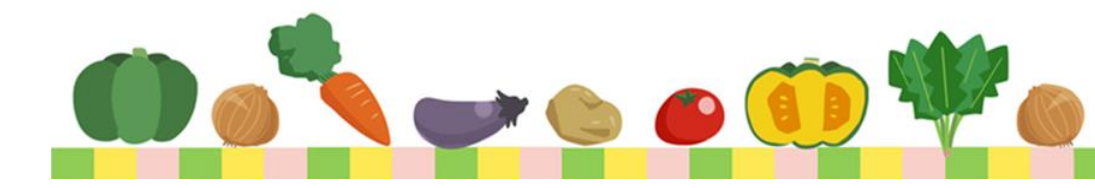




# 11月 献立表 (離乳食)



日付	曜日	午前おやつ (中期・後期)	献立名 離乳(初期)ペースト食	献立名 離乳(中期)	献立名 離乳(後期)	午後おやつ (中期・後期)	日付	曜日	午前おやつ (中期・後期)	献立名 離乳(初期)ペースト食	献立名 離乳(中期)	献立名 離乳(後期)	午後おやつ (中期・後期)
1	木	さつまいもの煮物	たら 玉葱 人参 10倍がゆ	白身魚のみそ煮 大根の煮物 5倍がゆ すまし汁	白身魚のみそ煮 大根の煮物 5倍がゆ すまし汁	蒸し南瓜	16	金	フルーツ(バナナ)	豆腐 南瓜 ほうれん草 10倍がゆ	あんかけうどん 蒸かぼちゃ ほうれん草の煮浸し	あんかけうどん 蒸かぼちゃ ほうれん草の煮浸し	プレーン蒸しパン
2	金	せんべい	豆腐 ほうれん草 人参 10倍がゆ	ささみと野菜うどん じゃが芋の煮物 白菜の煮びたし	ささみと野菜うどん じゃが芋の煮物 白菜の煮びたし	野菜おじや	17	土	ふかし芋	玉葱 人参 ほうれん草 10倍がゆ	鶏肉と野菜のとりみ煮 なすのくたくた煮 5倍がゆ 味噌汁	鶏肉と野菜のとりみ煮 なすのくたくた煮 5倍がゆ 味噌汁	南瓜の煮物
5	月	フルーツ(バナナ)	南瓜 玉葱 人参 10倍がゆ	鶏と南瓜の煮物 ひじき煮 5倍がゆ すまし汁	鶏と南瓜の煮物 ひじき煮 5倍がゆ すまし汁	豆乳パンケーキ	19	月	せんべい	じゃが芋 ほうれん草 人参 10倍がゆ	鶏肉の照り煮 里芋の旨煮 5倍がゆ 味噌汁	鶏肉の照り煮 里芋の旨煮 5倍がゆ 味噌汁	プレーン蒸しパン
6	火	蒸し南瓜	ホキ キャベツ ブロッコリー 10倍がゆ	白身魚の煮付 蒸さつまいも 5倍がゆ 味噌汁	白身魚の煮付 蒸さつまいも 5倍がゆ 味噌汁	南瓜の煮物	20	火	大根の煮物	たら 白菜 人参 10倍がゆ	白身魚の煮付 ふかし芋 5倍がゆ 味噌汁	白身魚の煮付 ふかし芋 5倍がゆ 味噌汁	フルーツ(バナナ)
7	水	里芋の煮物	豆腐 玉葱 人参 10倍がゆ	豆腐の三色あんかけ ほうれん草の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	豆腐の三色あんかけ ほうれん草の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	フルーツ(バナナ)	21	水	蒸しさつまいも	南瓜 人参 ほうれん草 10倍がゆ	鶏肉と野菜の煮物 さつまいもの旨煮 フルーツ(バナナ)	鶏肉と野菜の煮物 さつまいもの旨煮 フルーツ(バナナ)	蒸しさつまいも
8	木	せんべい	じゃが芋 ブロッコリー 人参 10倍がゆ	豆腐と野菜の煮物 じゃがいも煮物 5倍がゆ 味噌汁	豆腐と野菜の煮物 じゃがいも煮物 5倍がゆ 味噌汁	プレーン蒸しパン	22	木	ふかし芋	豆腐 キャベツ 人参 10倍がゆ	豆腐と野菜の煮物 大根と人参の煮物 5倍がゆ 味噌汁	豆腐と野菜の煮物 大根と人参の煮物 5倍がゆ 味噌汁	南瓜の煮物
9	金	ポーロ	白菜 ほうれん草 人参 10倍がゆ	鶏肉のみそ煮 はくさいの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏肉のみそ煮 はくさいの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	煮込みうどん	24	土	ポーロ	じゃが芋 人参 ブロッコリー 10倍がゆ	ひき肉うどん じゃが芋の旨煮 ブロッコリーの煮浸し	ひき肉うどん じゃが芋の旨煮 ブロッコリーの煮浸し	煮込みうどん
10	土	フルーツ(バナナ)	豆腐 キャベツ 玉葱 10倍がゆ	豆腐と野菜のうどん 里芋の煮物 チンゲン菜の煮びたし	豆腐と野菜のうどん 里芋の煮物 チンゲン菜の煮びたし	蒸しさつまいも	26	月	里芋の煮物	じゃが芋 人参 玉葱 10倍がゆ	白身魚と人参の煮物 じゃがいもの煮物 5倍がゆ 味噌汁	白身魚と人参の煮物 じゃがいもの煮物 5倍がゆ 味噌汁	プレーン蒸しパン
12	月	南瓜の煮物	じゃが芋 人参 玉葱 10倍がゆ	鶏肉とキャベツの味噌煮 南瓜の煮物 5倍がゆ すまし汁	鶏肉とキャベツの味噌煮 南瓜の煮物 5倍がゆ すまし汁	野菜パンケーキ	27	火	人参の煮物	豆腐 ほうれん草 人参 10倍がゆ	豆腐のツナの野菜あんかけ さつまいもの旨煮 5倍がゆ 味噌汁	豆腐のツナの野菜あんかけ さつまいもの旨煮 5倍がゆ 味噌汁	南瓜の煮物
13	火	フルーツ(バナナ)	じゃが芋 キャベツ 玉葱 10倍がゆ	鶏じゃが ほうれん草の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏じゃが ほうれん草の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	蒸しさつまいも	28	水	フルーツ(バナナ)	ホキ 玉葱 キャベツ 10倍がゆ	白身魚の野菜あんかけ 人参の旨煮 5倍がゆ 味噌汁	白身魚の野菜あんかけ 人参の旨煮 5倍がゆ 味噌汁	せんべい
14	水	せんべい	ホキ ほうれん草 南瓜 10倍がゆ	白身魚のとりみ煮 ブロッコリーと人参の煮びたし 5倍がゆ 味噌汁	白身魚のとりみ煮 ブロッコリーと人参の煮びたし 5倍がゆ 味噌汁	フルーツ(バナナ)	29	木	蒸し南瓜	南瓜 キャベツ 玉葱 10倍がゆ	鶏ささみと野菜のうどん 南瓜の旨煮 小松菜の煮浸し	鶏ささみと野菜のうどん 南瓜の旨煮 小松菜の煮浸し	野菜おじや
15	木	人参の煮物	豆腐 大根 人参 10倍がゆ	豆腐の野菜あんかけ 白菜と人参の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	豆腐の野菜あんかけ 白菜と人参の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	蒸しじゃが芋	30	金	さつまいもの煮物	豆腐 ほうれん草 人参 10倍がゆ	鶏塩おじや 里芋の煮物 煮豆	鶏塩おじや 里芋の煮物 煮豆	にんじん蒸しパン 牛乳