

11月離乳食献立表

日	曜	離乳食中期・後期	赤: 血や肉になる	黄: 熱や力となる	緑: 調子をととのえる	離乳食初期	赤: 血や肉になる	黄: 熱や力となる	緑: 調子をととのえる
1	火	お粥 みそ汁 鮭の味噌煮 人参煮	鮭	みそ 米	人参 玉葱	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 人参
2	水	お粥 みそ汁 ささみの煮物 南瓜の煮物	ささみ	みそ 米	人参 玉葱	お粥 みそ汁 南瓜の煮物	みそ	米	人参 南瓜
4	金	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) かぶの煮物	卵(鶏ひき肉)	みそ 米	人参 かぶ	お粥 みそ汁 かぶの煮物	みそ	米	人参 人参 かぶ
5	土	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	鶏ひき肉	みそ 米	人参 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参
7	月	お粥 みそ汁 肉団子 キャベツの煮物	鶏ひき肉	みそ 米	人参 人参	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米	人参 人参 キャベツ
8	火	人参粥 みそ汁 鮭の野菜あんかけ ほうれん草の煮物	鮭	みそ 米	人参 大根	お粥 みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ	米	人参 大根 人参 ほうれん草
9	水	お粥 みそ汁 豆腐ハンバーグ りんご	鶏ひき肉 豆腐	みそ 米	人参	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米	人参 人参
10	木	お粥 みそ汁 豆腐の野菜あんかけ みかん	豆腐	みそ 米	人参 大根 人参 玉葱 みかん	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米	人参 人参
11	金	お粥 みそ汁 肉団子 ブロッコリーの煮物	鶏ひき肉 卵	みそ 米	人参 人参	お粥 みそ汁 ブロッコリーの煮物	みそ	米	人参 人参 ブロッコリー
12	土	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 バナナ	豆腐 鶏ひき肉	みそ 米	人参 玉葱 人参 玉葱 バナナ	みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米	人参 玉葱 人参
14	月	お粥 みそ汁 鮭の味噌煮 麩の煮物	鮭	みそ 米	人参 人参	お粥 みそ汁 鮭の煮物	みそ 鮭	米	人参 人参
15	火	お粥 みそ汁 豆腐ハンバーグ さつまいもの煮物	鶏ひき肉 豆腐	みそ 米	人参 人参 豆腐	お粥 みそ汁 さつまいもの煮物	みそ	米	人参 人参
16	水	お粥 みそ汁 肉団子 南瓜サラダ	鶏ひき肉	みそ 米	人参 人参 人参 人参	お粥 みそ汁 南瓜の煮物	みそ	米	人参 人参 南瓜
17	木	お粥 みそ汁 ささみの煮物 ほうれん草の煮物	ささみ	みそ 米	人参 人参 人参 人参	お粥 みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ	米	人参 豆腐 人参 ほうれん草
18	金	お粥 みそ汁 鱈のピカタ ブロッコリーの煮物	鱈 卵	みそ 米	人参 人参 人参 人参	お粥 みそ汁 ブロッコリーの煮物	みそ	米	人参 かぶ 人参 ブロッコリー
19	土	職 員 研 修							
21	月	お粥 みそ汁 豆腐の煮物 キャベツの煮物	豆腐	みそ 米	人参 大根 人参 人参	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米	人参 人参 キャベツ
22	火	お粥 みそ汁 鮭と野菜のカラフル煮 マッシュポテト	鮭	みそ 米	人参 玉葱 人参 玉葱	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参
24	木	お粥 みそ汁 ささみの卵とじ キャベツの煮物	ささみ 卵	みそ 米	人参 人参 人参 人参	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米	人参 人参 キャベツ
25	金	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) カリフラワー煮	卵(鶏ひき肉)	みそ 米	人参 玉葱 人参 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参
26	土	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	鶏ひき肉	みそ 米	人参 人参 人参 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参 人参 キャベツ
28	月	お粥 みそ汁 鮭の煮物 キャベツの煮物	ささみ	みそ 豆腐 米	人参 人参 人参 人参	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ 豆腐	米	人参 人参 キャベツ
29	火	お粥 みそ汁 ハンバーグ バナナ	鶏ひき肉	みそ 米	人参 人参 人参 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参
30	水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツの煮物	卵(鶏ひき肉)	みそ 米	人参 人参 人参 人参	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米	人参 玉葱 人参 キャベツ

※離乳食は無理に進めず、それぞれ個人の状態を見ながら進めていく。
 ※卵を、始めていない子に対しては、()F 献立で対応していく。