

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	水	お粥 みそ汁 ささみの野菜あんかけ ブロッコリーの煮物	ささみ	みそ 米 片栗粉	人参 人参 人参 ブロッコリー ブロッコリー	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
2	木	お粥 みそ汁 鱈の野菜あんかけ ほうれん草の煮物	鱈	みそ 豆腐 米 片栗粉	人参 人参 人参 ほうれん草 ほうれん草	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐 豆腐	米 片栗粉	人参 人参 ほうれん草
4	土	お粥 みそ汁 ささみのクリーム煮 バナナ	ささみ	みそ 粉ミルク 米 片栗粉	人参 人参 人参 じゃが芋 バナナ	お粥 みそ汁 じゃが芋の煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
6	月	お粥 みそ汁 鱈の味噌煮 キャベツの煮物	鱈	みそ 米 片栗粉	人参 人参 人参 大根 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米	人参 人参 大根 人参 キャベツ
7	火	お粥 みそ汁 肉団子 ほうれん草の煮物	鶏ひき肉 豆腐	みそ 米 片栗粉	人参 人参 人参 かぶ ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ	米	人参 人参 かぶ 人参 ほうれん草
8	水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) じゃが芋の煮物	卵	みそ 米 片栗粉 じゃが芋	人参 人参 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋の煮物	みそ	米 じゃが芋 じゃが芋	人参 人参
9	木	お粥 みそ汁 鱈のクリーム煮 ブロッコリーの煮物	鱈	みそ 粉ミルク 米 片栗粉	人参 人参 人参 ブロッコリー ブロッコリー	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
10	金	お粥 みそ汁 豆腐の煮物 人参の煮物	豆腐	みそ 豆腐 米 片栗粉	人参 人参	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐 豆腐	米 片栗粉	人参 人参
11	土	お粥 みそ汁 肉じゃが みかん	鶏ひき肉	みそ 米 じゃが芋	人参 人参 人参 玉葱 みかん	お粥 みそ汁 人参の煮物	みそ	米	人参 人参 玉葱 人参
13	月	お粥 みそ汁 鱈の煮物 さつま芋の煮物	鱈	みそ 米 片栗粉 さつま芋	人参 人参 人参 かぶ	お粥 みそ汁 さつま芋の煮物	みそ	米 さつま芋	人参 人参 かぶ 人参
14	火	お粥 みそ汁 豆腐の煮物 人参の煮物	豆腐	みそ 米 片栗粉	人参 人参	お粥 みそ汁 人参の煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
15	水	人参粥 みそ汁 ハンバーグ 南瓜の煮物	鶏ひき肉 豆腐	みそ 米 片栗粉	人参 人参 人参 玉葱 南瓜	人参粥 みそ汁 南瓜の煮物	みそ	米	人参 人参 玉葱 人参 南瓜
16	木	お粥 みそ汁 ささみの煮物 キャベツの煮物	ささみ	みそ 豆腐 米 片栗粉	人参 人参 人参 キャベツ	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
17	金	お粥 みそ汁 肉団子 ほうれん草の煮物	鶏ひき肉 豆腐	みそ 米 片栗粉	人参 人参 人参 玉葱 ほうれん草 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ	米	人参 人参 玉葱 人参 ほうれん草
18	土	職員研修							
20	月	お粥 みそ汁 鱈の野菜あんかけ キャベツの煮物	鱈	みそ 米 片栗粉	人参 人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 キャベツ
21	火	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	鶏ひき肉	みそ 米 じゃが芋	人参 人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 じゃが芋の煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
22	水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) じゃが芋の煮物	卵	みそ 米 片栗粉 じゃが芋	人参 人参 人参 玉葱	お粥 みそ汁 じゃが芋の煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 玉葱 人参
24	金	お粥 みそ汁 ささみの味噌煮 大根の煮物	ささみ 味噌	みそ 米 片栗粉	人参 人参 人参 大根 大根	お粥 みそ汁 大根の煮物	みそ	米	人参 人参 大根 人参 大根
25	土	お粥 みそ汁 豆腐の煮物 みかん	豆腐 鶏ひき肉	みそ 米 片栗粉	人参 人参 人参 みかん	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐 豆腐	米 片栗粉	人参 人参
27	月	お粥 みそ汁 豆腐ハンバーグ じゃが芋の煮物	豆腐 鶏ひき肉	みそ 米 片栗粉 じゃが芋	人参 人参 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋の煮物	みそ	米 じゃが芋 じゃが芋	人参 人参
28	火	お粥 みそ汁 鱈のクリーム煮 ほうれん草の煮物	鱈	みそ 粉ミルク 米 片栗粉	人参 人参 人参 玉葱 ほうれん草 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ	米	人参 人参 玉葱 人参 ほうれん草
29	水	お粥 みそ汁 ささみの野菜あんかけ 人参の煮物	ささみ	みそ 米 片栗粉	人参 人参	お粥 みそ汁 人参の煮物	みそ	米	人参 人参
30	木	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツの煮物	卵	みそ 米 片栗粉	人参 人参 人参 大根 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米	人参 人参 大根 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、()内の献立で対応していく。