

2021年度 11月 離乳食予定献立表

おひさま岡町保育園



7ヶ月頃から、こどもたちの姿に合わせて、朝のおやつ(ハイハイ1枚程度とお茶)があります。

	献立 (1歳以上)	7~8カ月頃	9~11ヶ月頃	12ヶ月~18ヶ月頃
		みじん→あらみじん	あらみじん、サイコロ状	
月 (1 15 29)	フランスパン 鶏肉とじゃがいものグラタン (コンソメ、塩) かぶとほうれん草のサラダ (酢、塩)	全粥(五分粥) 鶏肉とじゃがいもの煮物 (鶏肉、人参、玉ねぎ、じゃがいも) かぶとほうれん草の煮物 野菜スティック 野菜スープ	フランスパン 鶏肉とじゃがいものクリーム煮 かぶとほうれん草の煮物 野菜スティック 野菜スープ	フランスパン 鶏肉とじゃがいものグラタン かぶとほうれん草のサラダ
	きのこごはんおにぎり (だし、うすくち、塩)	なし	きのこごはん(軟飯)	きのこごはんおにぎり (うすあげ、しめじ、えのき、干しいたけ)
火 (16 30)	ごはん 魚の塩焼き(塩) ひじきと大豆の煮物 (だし、薄口、みりん、酒) さつま汁 (にぼし、みそ)	全粥(五分粥) 魚の煮つけ 大根と人参の煮物 さつまいもの含め煮 おみそ汁	軟飯 魚の煮つけ 大根と人参の煮物 さつまいもの含め煮 おみそ汁 野菜スティック	ごはん 魚の塩焼き ひじきの煮物 (ちくわ、ひじき、人参、れんこん、いんげん) さつま汁
	季節のジャムサンド	なし	食パン	ジャムサンド
水 (17)	生姜ごはん(塩) 長芋の豚肉の梅照り焼き (しょうゆ、みりん) 大根とツナのサラダ (マヨレ、酢、塩) おみそ汁 (にぼし、みそ) ぜんざい(塩)	全粥(五分粥) ツナと大根の煮物 水菜のおひたし かぼちゃの含め煮 おみそ汁	軟飯 豚肉と長芋の炒め煮 水菜のおひたし かぼちゃの含め煮 おみそ汁 野菜スティック	生姜ごはん 長芋と豚肉の梅照り焼き 大根とツナのサラダ おみそ汁
		なし	市販菓子	市販菓子
木 (4 18)	ごはん 魚の天ぷら(塩) かぶとわかめの酢の物 (酢、塩) のっぺい汁 (かつお、昆布、薄口、酒) ゆずクッキー	全粥(五分粥) 魚の煮つけ かぶと人参の煮物 里芋の含め煮 のっぺい汁	軟飯 魚の煮つけ かぶと人参の煮物 里芋の含め煮 のっぺい汁 野菜スティック	ごはん 魚の天ぷら かぶとわかめの酢の物 のっぺい汁
		なし	ゆずクッキー (小麦粉、バター、砂糖、ゆず)	ゆずクッキー
金 (5 19)	けんちんうどん (かつお、昆布、薄口、みりん) 長芋と春菊の和え物 (だし、しょうゆ、酢)	鶏肉と野菜のうどん (うどん、鶏肉、大根、人参、白菜、 春菊のおひたし 里芋の含め煮	けんちんうどん (うどん、鶏肉、大根、人参、白菜、 したけ、ごぼう、れんこん、白ネギ) 春菊のおひたし 里芋の含め煮 野菜スティック	けんちんうどん 春菊のおひたし
	人参とおからのケーキ (B.P)	なし	人参とおからのケーキ (小麦粉、おから、バター、人参、砂糖)	人参とおからのケーキ
土 (6)	マーボーなす丼 (赤みそ、しょうゆ、酒、とりがら) 春雨スープ (とりがら、塩、うすくち)	全粥(五分粥) 豆腐の野菜あんかけ さつまいもの含め煮 野菜スープ	マーボーなす丼/軟飯 (豚ミンチ、豆腐、なす、人参、にら) 春雨スープ 野菜スティック	マーボーなす丼 春雨スープ
	パン or 市販	なし	市販菓子	市販菓子

	献立 (1歳以上)	7~8カ月頃	9~11ヶ月頃	12ヶ月~18ヶ月頃
		みじん→あらみじん	あらみじん、サイコロ状	
月 (8 22)	きのこの和風スパゲティ (しょうゆ) 大根と柿のサラダ (酢、塩) 豆腐のスープ (コンソメ、塩) 新米おにぎり	全粥(五分粥) 豆腐の野菜あんかけ キャベツのおひたし 大根の含め煮 野菜スープ 野菜スティック	きのこの和風スパゲティ キャベツのおひたし 大根の含め煮 野菜スープ 野菜スティック	きのこの和風スパゲティ 大根と柿のサラダ 豆腐のスープ
		なし	新米ごはん(軟飯)	新米おにぎり
火 (9)	ごはん 豚バラと焼き豆腐の煮物 (しょうゆ、酒、みりん) 里芋サラダ (昆布茶、マヨレ、薄口、酢) おみそ汁 (にぼし、みそ) じゃこマヨトースト (マヨレ)	全粥(五分粥) ツナと里芋の煮物 玉ねぎと人参の煮物 かぼちゃの含め煮 おみそ汁	軟飯 豚バラと焼き豆腐の煮物 里芋サラダ おみそ汁 野菜スティック	ごはん 豚肉とさつまいもの甘辛煮 里芋サラダ おみそ汁
		なし	フランスパン	じゃこまよトースト
水 (10 24)	ごはん 魚のきのこあんかけ (だし、うすくち、みりん、塩) 小松菜のごまあえ (しょうゆ) すまし汁 (かつお、昆布、うす口、塩) マカロニあべかわ(塩)	全粥(五分粥) 魚の野菜あんかけ 小松菜のおひたし さつまいもの含め煮 すまし汁	軟飯 魚のきのこあんかけ 小松菜のおひたし さつまいもの含め煮 すまし汁 野菜スティック	ごはん 魚のきのこあんかけ 小松菜のごまあえ すまし汁
		なし	マカロニあべかわ	マカロニあべかわ
木 (11)	ごはん かぼちゃコロッケ (塩) ブロッコリーとりんごのサラダ (酢、塩) 野菜スープ (コンソメ、塩) ふかし芋とチーズ	全粥(五分粥) かぼちゃと鶏ミンチのつくね ブロッコリーの和え物 つるむらさきのおひたし 野菜スープ	軟飯 かぼちゃと鶏ミンチの焼きコロッケ ブロッコリーの和え物 つるむらさきのおひたし 野菜スープ 野菜スティック	ごはん かぼちゃコロッケ ブロッコリーとりんごのサラダ 野菜スープ
		なし	ふかし芋	ふかし芋とチーズ
金 (12 26)	ごはん 炒り鶏 (しょうゆ、みりん、だし) 豆乳みそ汁 (にぼし、みそ) 納豆ちぢみ (ボン酢)	全粥(五分粥) 鶏肉と野菜の煮物 白菜のおひたし かぼちゃの含め煮 おみそ汁	軟飯 炒り鶏 豆乳みそ汁 野菜スティック	ごはん 炒り鶏 豆乳みそ汁
		なし	市販菓子	納豆ちぢみ
土 (13 27)	鶏さきご井 (しょうゆ、みりん、酒、塩) おみそ汁(にぼし、みそ)	全粥 鶏肉と野菜の煮物 じゃがいもの含め煮 おみそ汁	鶏さきご井(軟飯) (鶏肉、人参、しいたけ、 エリンギ、まいたけ) おみそ汁	鶏さきご井 おみそ汁
	パン or 市販	なし	市販菓子	市販菓子

<離乳食献立表の見方について>

- * 献立表は、目安です。こどもたち一人一人の姿(発達)に合わせたメニューになります。
- * 初めて口にする食材(タンパク質、アクの強い食材など)は、必ずお家で一度食べて身体に異常が表れないことを確認した上で、メニューに取り入れていくこととなります。(ノートの食材チェックに○を記入、もしくは、口頭でお伝えください)
- * 食材やメニューなどで、何か質問や心配なことがありましたら、担任もしくは給食室にお尋ねください。

