

# 11月離乳食献立表

あおぞら陽明保育園

日付	後期食 (9~11か月ごろ)		完了期 (12か月ごろ~)	
	午前	午後	午前	午後
1(水)	3倍がゆ 呉汁 さんまの煮物 スパゲティーサラダ	食パン コーンスープ	ごはん 呉汁 さんまのかば焼き スパゲティーサラダ	ココアラスク
2(木)	ほうとう風うどん きゅうりのなめたけ和え りんごジュレ	麦茶 みそだれごはん	ほうとう風うどん きゅうりのなめたけ和え バナナヨーグルト	麦茶 みたらしごはん餅
6(月)			ごはん 白菜とえのきのみそ汁 さばのみそ焼き ひじきと高野豆腐の煮物	ポテトドッグ
7(火)	3倍がゆ かぼちゃと小松菜のみそ汁 豆腐とひじきの煮物	やきうどん	ごはん かぼちゃと小松菜のみそ汁 豆腐ハンバーグ (ひじき・れんこん) シルバーサラダ	やきそば
8(水)	ミートスパゲティー 千切りやさいのスープ 野菜サラダ	麦茶 おかかごはん	カレースパゲティー 千切りやさいのスープ ハムサラダ	麦茶 ベビーチーズ おかかおにぎり
9(木)	3倍がゆ 小松菜とコーンの中華スープ あじと野菜の洋風煮	ハイハイン、クッキー	ごはん 小松菜とコーンの中華スープ あじフライ 切干大根ナポリタン	ハイハイン、クッキー
10(金)	食パン キャベツとにんじんのスープ きのこと鶏肉の炒め煮	焼きみそポテト	食パン キャベツとにんじんのスープ きのこと鶏肉のグラタン ブロッコリーとコーンのソテー	焼きみそポテト
13(月)			ごはん 豆乳とまいたけのみそ汁 たらのお好み焼き風 にんじんしりしり	麦茶 フライドポテト
14(火)	鶏肉のあんかけ丼 厚揚げとわかめのみそ汁 かぼちゃのサラダ	食パン 枝豆スープ	親子丼 厚揚げとわかめのみそ汁 かぼちゃとチーズのサラダ	手作りコーン食パン
15(水)	3倍がゆ ゲンチュウトフ 鶏肉と里芋の和風煮	かぼちゃごはん	ごはん ゲンチュウトフ ガイヤーン 里芋とツナのサラダ	コーンフレーク
16(木)	ミートソーススパゲティー コーンスープ キャベツとツナのサラダ りんごジュース	麦茶 しらすごはん	ミートソーススパゲティー コーンスープ キャベツとツナのサラダ ゼリー	麦茶 ベビーチーズ おにぎり
17(金)	お弁当の日	麦茶 ハイハイン お芋ビスケット	お弁当の日	麦茶 おせんべい ビスケット
20(月)			ごはん かぼちゃと油揚げのみそ汁 カレイの煮つけ もやしとハムのサラダ	手作りデニッシュパン
21(火)	ナポリタン コーンスープ モモジュレ	麦茶 枝豆ごはん	トルコライスクリーム コーンスープ みかん	麦茶 塩こんぶおにぎり
22(水)	3倍がゆ わかめスープ 鶏肉とほうれん草のとりみ煮	食パン ミルクスープ	中華おこわ わかめとゴマのスープ 鶏チリ ほうれん草とコーンのサラダ	シュガートースト
24(金)	3倍がゆ ツナとキャベツの煮物 みかん缶	ふかし芋	ふりかけごはん おでん きゃべつ和風サラダ みかんゼリー	大学芋
27(月)			ごはん 豆腐のスープ チンゲン菜と春雨のそぼろ炒め コーンサラダ	手作りミルクパン
28(火)	わかめうどん 鶏肉と野菜の洋風煮 りんごジュレ	おかかごはん	きつねうどん 鶏肉の塩こうじ焼き 野菜の天ぷら ヨーグルト	麦茶 チーズおかかおにぎり
29(水)	3倍がゆ カブとにんじんのスープ 豚肉とブロッコリーのコンソメ煮	食パン かぼちゃスープ	ごはん カブとにんじんのスープ 豚巻きポテト ブロッコンプ	ピザトースト
30(木)	ケチャップごはん えだまめとコーンのスープ 鶏ともやしの中華煮	麦茶 好み焼き	ジャンバラヤ えだまめとコーンのスープ 鶏のからあげ 無限もやし	麦茶 ベビーチーズ 好み焼き

\* 献立は材料の都合により変更することがあります。  
 \* 調理形態は月齢や体調、個人に合わせて変更することがあります。  
 \* 午前のおやつには赤ちゃんせんべいやクッキーなどを食べています。(後期・完了)