

離乳食だより 11月 後期



	月	火	水	木	金	土
昼食	※完了を迎えた子、1歳児・2歳児には午前中にお菓子(かりんとう・ビスケット・せんべい等)と牛乳がつきます。 ※天候の不順や都合により、食材・メニューの変更が生じる場合もあります。  					1 そばろ軟飯 米・鶏ひき肉・砂糖・醤油・酒 ほうれん草とコーンのナムル ほうれん草・コーン・人参・ごま・醤油・ごま油 みそ汁 さつま芋・ごぼう・しめじ・人参・わかめ・だし・味噌
昼食	3 	4 軟飯 白身魚のみそ煮 白身魚・味噌・みりん・砂糖 キャベツのツナサラダ キャベツ・人参・ツナ・油・酢・塩・醤油・砂糖 あったか汁 大根・人参・里芋・白菜・小松菜・だし・醤油・塩	5 軟飯 豆腐とチンゲン菜の炒め煮 木綿豆腐・豚肉・塩・片栗粉・チンゲン菜・ごま油・醤油・酒 白菜のおかか和え 白菜・胡瓜・かつお節・醤油 みそ汁 人参・葉ねぎ・だし・味噌	6 軟飯 レバーのケチャップ煮 鶏レバー・鶏肉・醤油・片栗粉・油・ケチャップ・砂糖 納豆サラダ ひきわり納豆・ほうれん草・キャベツ・人参・コーン・酢・砂糖・味噌・醤油 みそ汁 大根・長ねぎ・人参・わかめ・だし・味噌	7 軟飯 ミート入り豆腐 木綿豆腐・合いびき肉・玉ねぎ・人参・砂糖・塩・ケチャップ 大根サラダ 大根・人参・ツナ・コーン・酢・砂糖・醤油 きのこスープ しいたけ・えのき・しめじ・玉ねぎ・コンソメ・塩	8 軟飯 春雨サラダ 春雨・胡瓜・人参・酢・砂糖・醤油・ごま 野菜スープ 玉ねぎ・人参・もやし・鶏肉・水・コンソメ・塩
昼食	10 軟飯 鶏肉のみぞれ煮 鶏もも肉・塩・片栗粉・油・大根・砂糖・醤油・酢・だし ほうれん草のごま和え ほうれん草・人参・しめじ・醤油・ごま みそ汁 さつま芋・玉ねぎ・えのき・わかめ・だし・味噌	11 軟飯 かぼちゃの煮物 かぼちゃ・だし・醤油・みりん・砂糖 かぶの和えもの かぶ・大根・胡瓜・醤油・油 すまし汁 玉ねぎ・人参・ねぎ・だし・醤油・みりん	12 軟飯 白身魚の照り煮 白身魚・醤油・砂糖・油 チョレギサラダ レタス・胡瓜・玉ねぎ・白ごま・焼きのり・醤油・ごま油・塩 みそ汁 玉ねぎ・里芋・長ねぎ・だし・味噌	13 軟飯 臭たくさん製豆腐 豆腐・鶏ひき肉・ひじき・人参・椎茸・醤油・砂糖・塩 ブロッコリーのごま和え ブロッコリー・人参・コーン・ごま・醤油・砂糖 豚汁 豚肉・さつま芋・人参・ごぼう・大根・白菜・葉ねぎ・えのき・だし・味噌	14 おべんとうの日 	15 三色軟飯 米・鶏ひき肉・砂糖・醤油・みりん・人参・ほうれん草 白身魚の青のり焼き 白身魚・塩・青のり みそ汁 玉ねぎ・人参・わかめ・えのき・葉ねぎ・だし・味噌
昼食	17 軟飯 白身魚のかば焼き 白身魚・片栗粉・油・醤油・みりん・酒 ごぼうサラダ ごぼう・人参・キャベツ・胡瓜・コーン・ツナ・酢・砂糖・醤油 みそ汁 しめじ・人参・玉ねぎ・えのき・木綿豆腐・葉ねぎ・だし・味噌	18 軟飯 中華風厚焼き豆腐 豆腐・豚ひき肉・人参・玉ねぎ・にら・干し椎茸・だし・油・砂糖・醤油 彩りナムル ほうれん草・黄ピーマン・人参・ごま・醤油・ごま油 春雨スープ 春雨・にら・玉ねぎ・椎茸・だし・醤油・塩	19 軟飯 豚肉とさつまいもの甘煮 豚肉・酒・塩・片栗粉・さつまいも・醤油・みりん・砂糖 大根サラダ 大根・人参・胡瓜・ツナ・醤油 みそ汁 人参・玉ねぎ・わかめ・ねぎ・だし・味噌	20 軟飯 肉じゃが 豚肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・だし・醤油・砂糖・酒・みりん 白菜サラダ 白菜・胡瓜・人参・コーン・ツナ・酢・砂糖・塩・油 みそ汁 人参・玉ねぎ・だし・味噌	21 紐おとし誕生会 わかめ軟飯 米・炊き込みわかめ ハンバーグ 合い挽き肉・木綿豆腐・玉ねぎ・人参・塩・ケチャップ コールスローサラダ キャベツ・胡瓜・コーン・酢・砂糖・塩・油 ほくほくスープ じゃがいも・白菜・人参・玉ねぎ・水・コンソメ・豆乳・塩	22 軟飯 豚肉と野菜煮 豚肉・人参・玉ねぎ・だし・醤油・砂糖・みりん みそ汁 玉ねぎ・人参・さつまいも・葉ねぎ・だし・味噌
昼食	24 振替休日	25 軟飯 白身魚のケチャップ煮 白身魚・片栗粉・油・ケチャップ・砂糖・醤油 チンゲン菜のツナ和え チンゲン菜・キャベツ・胡瓜・人参・ツナ・醤油・砂糖 けんちん汁 木綿豆腐・鶏肉・大根・人参・ごぼう・椎茸・だし・葉ねぎ・醤油・塩・酒	26 軟飯 豆腐のまごころ焼き 豆腐・鶏ひき肉・人参・ごま・醤油・みりん・塩・油 ほうれん草の磯香和え ほうれん草・白菜・人参・えのき・焼きのり・醤油 みそ汁 人参・玉ねぎ・わかめ・だし・味噌	27 軟飯 鮭のクリームコーン煮 鮭・クリームコーン・玉ねぎ・しめじ・ほうれん草・コンソメ ブロッコリーサラダ ブロッコリー・胡瓜・人参・ツナ・酢・砂糖・醤油・ごま油 みそ汁 人参・玉ねぎ・じゃがいも・だし・味噌	28 軟飯 すき焼き風煮物 木綿豆腐・人参・玉ねぎ・白菜・えのき・ねぎ・砂糖・醤油・みりん 蒸し里芋 里芋・塩 すまし汁 玉ねぎ・なめこ・葉ねぎ・だし・醤油・塩	29 軟飯 高野豆腐の煮物 高野豆腐・だし・塩・砂糖・酒・みりん・醤油 トマトスープ 豚肉・玉ねぎ・トマト・コンソメ・水



離乳食だより 11月 中期



	月	火	水	木	金	土
昼食	※完了を迎えた子、1歳児・2歳児には午前中にお菓子(かりんと う・ビスケット・せんべい等)と牛乳がつきます。 ※天候の不順や都合により、食材・メニューの変更が生じる場合も あります。 					1 おかゆ ほうれん草の和え物 ほうれん草・コーン・人 参・醤油 みそ汁 さつまいも・人参・だし・味 噌
昼食	3 	4 おかゆ 白身魚のみそ煮 白身魚・味噌・だし キャベツのツナサラダ キャベツ・人参・ツナ・ 油・塩・醤油 あったか汁 大根・人参・里芋・白菜・ 小松菜・だし・醤油・塩	5 おかゆ 豆腐とチンゲン菜のチャンプル 木綿豆腐・塩・片栗粉・チ ンゲン菜・醤油 白菜の和えもの 白菜・胡瓜・醤油 みそ汁 人参・葉ねぎ・だし・味噌	6 おかゆ レバーの煮物 鶏レバー・ささみ・醤油・ だし・片栗粉 納豆サラダ ひきわり納豆・ほうれん 草・キャベツ・人参・コー ン・味噌・醤油 みそ汁 大根・長ねぎ・人参・だ し・味噌	7 おかゆ 豆腐焼き 木綿豆腐・玉ねぎ・人参・ 塩 大根サラダ 大根・人参・ツナ・コー ン・醤油 オニオンスープ 玉ねぎ・コンソメ・塩	8 おかゆ きゅうりのサラダ 胡瓜・人参・醤油 野菜スープ 玉ねぎ・人参・ささみ・ 水・コンソメ・塩
昼食	10 おかゆ ささみのみぞれ煮 ささみ・塩・片栗粉・油・ 大根・醤油・だし ほうれん草の和えもの ほうれん草・人参・醤油 みそ汁 さつまいも・玉ねぎ・だし・ 味噌	11 おかゆ かぼちゃの煮物 かぼちゃ・だし・醤油 かぶの和えもの かぶ・大根・胡瓜・醤油 すまし汁 玉ねぎ・人参・ねぎ・だ し・醤油	12 おかゆ 白身魚の照り煮 白身魚・醤油・だし チョレギサラダ レタス・胡瓜・玉ねぎ・醤 油・塩 みそ汁 玉ねぎ・里芋・長ねぎ・だ し・味噌	13 おかゆ 豆腐あんかけ 豆腐・だし・醤油・塩・片 栗粉 ブロッコリーの和えもの ブロッコリー・人参・コー ン・醤油 みそ汁 さつまいも・人参・大根・白 菜・葉ねぎ・だし・味噌	14 おべんとうの日 	15 おかゆ 高野豆腐の煮物 高野豆腐・だし・塩・醤油 トマトスープ 玉ねぎ・トマト・コンソ メ・水
昼食	17 おかゆ 白身魚煮 白身魚・片栗粉・だし・醬 油 にんじんサラダ 人参・キャベツ・胡瓜・ コーン・ツナ・醤油 みそ汁 人参・玉ねぎ・木綿豆腐・ 葉ねぎ・だし・味噌	18 おかゆ 厚焼き豆腐 豆腐・人参・玉ねぎ・だ し・油・醤油・だし・片栗 粉 彩りナムル ほうれん草・黄ピーマン・ 人参・醤油 中華スープ 玉ねぎ・人参・だし・醬 油・塩	19 おかゆ ささみとさつまいも煮 ささみ・塩・片栗粉・さつ まいも・醤油・だし 大根サラダ 大根・人参・胡瓜・ツナ・ 醤油 みそ汁 人参・玉ねぎ・ねぎ・だ し・味噌	20 おかゆ 肉じゃが ささみ・玉ねぎ・人参・ じゃがいも・だし・醤油 白菜サラダ 白菜・胡瓜・人参・コー ン・ツナ・塩・油 みそ汁 人参・玉ねぎ・だし・味噌	21 紐おとし誕生会 おかゆ 豆腐ハンバーグ 木綿豆腐・玉ねぎ・人参・ 塩・だし・片栗粉 コールスローサラダ キャベツ・胡瓜・コーン・ 塩・油 ほくほくスープ じゃがいも・白菜・人参・ 玉ねぎ・水・コンソメ・塩	22 おかゆ ささみと野菜煮 ささみ・人参・玉ねぎ・だ し・醤油 みそ汁 玉ねぎ・人参・さつまい も・葉ねぎ・だし・味噌
昼食	24 	25 おかゆ 白身魚煮 白身魚・片栗粉・油・だ し・醤油 チンゲン菜のツナ和え チンゲン菜・キャベツ・胡 瓜・人参・ツナ・醤油 けんちん汁 木綿豆腐・大根・人参・だ し・葉ねぎ・醤油・塩	26 おかゆ 豆腐あんかけ 豆腐・だし・醤油・片栗粉 ほうれん草の和えもの ほうれん草・白菜・人参・ 醤油 みそ汁 人参・玉ねぎ・だし・味噌	27 おかゆ 鮭のクリームコーン煮 鮭・クリームコーン・玉ね ぎ・ほうれん草・コンソメ ブロッコリーサラダ ブロッコリー・胡瓜・人 参・ツナ・醤油 みそ汁 人参・玉ねぎ・じゃがい も・だし・味噌	28 おかゆ すき焼き風煮物 木綿豆腐・人参・玉ねぎ・ 白菜・ねぎ・だし・醤油 蒸し里芋 里芋・塩 すまし汁 玉ねぎ・人参・葉ねぎ・だ し・醤油・塩	29 おかゆ 白身魚の青のり焼き 白身魚・塩・青のり みそ汁 玉ねぎ・人参・葉ねぎ・だ し・味噌

離乳食だより 11月 後期



	月	火	水	木	金	土
昼食	※完了を迎えた子、1歳児・2歳児には午前中にお菓子(かりんとう・ビスケット・せんべい等)と牛乳がつきます。 ※天候の不順や都合により、食材・メニューの変更が生じる場合もあります。 					1 そばろ軟飯 米・鶏ひき肉・砂糖・醤油・酒 ほうれん草とコーンのナムル ほうれん草・コーン・人参・ごま・醤油・ごま油 みそ汁 さつま芋・ごぼう・しめじ・人参・わかめ・だし・味噌
昼食	3 	4 軟飯 白身魚のみそ煮 白身魚・味噌・みりん・砂糖 キャベツのツナサラダ キャベツ・人参・ツナ・油・酢・塩・醤油・砂糖 あったか汁 大根・人参・里芋・白菜・小松菜・だし・醤油・塩	5 軟飯 豆腐とチンゲン菜のチャップルー 木綿豆腐・豚肉・塩・片栗粉・チンゲン菜・ごま油・醤油・酒 白菜のおかか和え 白菜・胡瓜・かつお節・醤油 みそ汁 人参・葉ねぎ・だし・味噌	6 軟飯 レバーのケチャップ煮 鶏レバー・鶏肉・醤油・片栗粉・油・ケチャップ・砂糖 納豆サラダ ひきわり納豆・ほうれん草・キャベツ・人参・コーン・酢・砂糖・味噌・醤油 みそ汁 大根・長ねぎ・人参・わかめ・だし・味噌	7 軟飯 ミート入り豆腐 木綿豆腐・合いびき肉・玉ねぎ・人参・砂糖・塩・ケチャップ 大根サラダ 大根・人参・ツナ・コーン・酢・砂糖・醤油 きのこスープ しいたけ・えのき・しめじ・玉ねぎ・コンソメ・塩	8 軟飯 春雨サラダ 春雨・胡瓜・人参・酢・砂糖・醤油・ごま 野菜スープ 玉ねぎ・人参・もやし・鶏肉・水・コンソメ・塩
昼食	10 軟飯 鶏肉のみぞれ煮 鶏もも肉・塩・片栗粉・油・大根・砂糖・醤油・酢・だし ほうれん草のごま和え ほうれん草・人参・しめじ・醤油・ごま みそ汁 さつま芋・玉ねぎ・えのき・わかめ・だし・味噌	11 軟飯 かぼちゃの煮物 かぼちゃ・だし・醤油・みりん・砂糖 かぶの和えもの かぶ・大根・胡瓜・醤油・油・砂糖 すまし汁 玉ねぎ・人参・ねぎ・だし・醤油・みりん	12 軟飯 白身魚の照り煮 白身魚・醤油・砂糖・油 チョレギサラダ レタス・胡瓜・玉ねぎ・白ごま・焼きのり・醤油・ごま油・塩 みそ汁 玉ねぎ・里芋・長ねぎ・だし・味噌	13 軟飯 貝だくさん撰製豆腐 豆腐・鶏ひき肉・ひじき・人参・椎茸・醤油・砂糖・塩 ブロッコリーのごま和え ブロッコリー・人参・コーン・ごま・醤油・砂糖 豚汁 豚肉・さつま芋・人参・ごぼう・大根・白菜・葉ねぎ・えのき・だし・味噌	14 おべんとうの日 	15 軟飯 高野豆腐の煮物 高野豆腐・だし・塩・砂糖・酒・みりん・醤油 トマトスープ 豚肉・玉ねぎ・トマト・コンソメ・水
昼食	17 軟飯 白身魚のかば焼き 白身魚・片栗粉・油・醤油・みりん・酒 ごぼうサラダ ごぼう・人参・キャベツ・胡瓜・コーン・ツナ・酢・砂糖・醤油 みそ汁 しめじ・人参・玉ねぎ・えのき・木綿豆腐・葉ねぎ・だし・味噌	18 軟飯 中華風厚焼き豆腐 豆腐・豚ひき肉・人参・玉ねぎ・にら・干し椎茸・だし・油・砂糖・醤油 彩りナムル ほうれん草・黄ピーマン・人参・ごま・醤油・ごま油 春雨スープ 春雨・にら・玉ねぎ・椎茸・だし・醤油・塩	19 軟飯 豚肉とさつまいもの甘煮 豚肉・酒・塩・片栗粉・さつまいも・醤油・みりん・砂糖 大根サラダ 大根・人参・胡瓜・ツナ・醤油 みそ汁 人参・玉ねぎ・わかめ・ねぎ・だし・味噌	20 軟飯 肉じゃが 豚肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・だし・醤油・砂糖・酒・みりん 白菜サラダ 白菜・胡瓜・人参・コーン・ツナ・酢・砂糖・塩・油 みそ汁 人参・玉ねぎ・だし・味噌	21 紐おとし誕生会 わかめ軟飯 米・炊き込みわかめ ハンバーグ 合い挽き肉・木綿豆腐・玉ねぎ・人参・塩・ケチャップ コールスローサラダ キャベツ・胡瓜・コーン・酢・砂糖・塩・油 ほくほくスープ じゃがいも・白菜・人参・玉ねぎ・水・コンソメ・豆乳・塩	22 軟飯 豚肉と野菜煮 豚肉・人参・玉ねぎ・だし・醤油・砂糖・みりん みそ汁 玉ねぎ・人参・さつまいも・葉ねぎ・だし・味噌
昼食	24 振替休日	25 軟飯 白身魚のケチャップ煮 白身魚・片栗粉・油・ケチャップ・砂糖・醤油 チンゲン菜のツナ和え チンゲン菜・キャベツ・胡瓜・人参・ツナ・醤油・砂糖 けんちん汁 木綿豆腐・鶏肉・大根・人参・ごぼう・椎茸・だし・葉ねぎ・醤油・塩・酒	26 軟飯 豆腐のまよご焼き 豆腐・鶏ひき肉・人参・ごま・醤油・みりん・塩・油 ほうれん草の磯香和え ほうれん草・白菜・人参・えのき・焼きのり・醤油 みそ汁 人参・玉ねぎ・わかめ・だし・味噌	27 軟飯 鮭のクリームコーン煮 鮭・クリームコーン・玉ねぎ・しめじ・ほうれん草・コンソメ ブロッコリーサラダ ブロッコリー・胡瓜・人参・ツナ・酢・砂糖・醤油・ごま油 みそ汁 人参・玉ねぎ・じゃがいも・だし・味噌	28 軟飯 すき焼き風煮物 木綿豆腐・人参・玉ねぎ・白菜・えのき・ねぎ・砂糖・醤油・みりん 蒸し里芋 里芋・塩 すまし汁 玉ねぎ・なめこ・葉ねぎ・だし・醤油・塩	29 三色軟飯 米・鶏ひき肉・砂糖・醤油・みりん・人参・ほうれん草 白身魚の青のり焼き 白身魚・塩・青のり みそ汁 玉ねぎ・人参・わかめ・えのき・葉ねぎ・だし・味噌