




11月の離乳食献立表（初期～中期）



令和2年11月1日

池田市立保育所・認定こども園

実施日	初期（5～6ヶ月）			中期（7～8ヶ月）			
	献立名	食品名	間食	午前間食	献立名	午後間食	食品名
2月	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	米。大根 人参 だし汁。白菜 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 里芋と大根煮 みそ汁 焼きのり	調乳 ☆ぶどうジュース寒 せんべい	米。鶏肉 さといも 人参 三度豆 砂糖 醤油 だし汁。白菜 人参 玉ねぎ みそ だし汁。 焼きのり。／ぶどうジュース ゼラチン 砂糖。
4水	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つぶし	米。白身魚 人参 だし汁。ほうれん草 大根 だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 白身魚と野菜の煮物 とんべい汁 テ) みかん	調乳 ☆コーンのやわらか ホットケーキ	米。白身魚 ほうれん草 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 豚肉 えび芋 人参 大根 だし汁 みそ。みかん。／コーン缶 ホットケーキミックス 育児用ミルク。
5木	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし そうめんのくたくた煮	米。豆腐 人参 だし汁。 そうめん 玉ねぎ ブロッコリー だし汁。	調乳	調乳 ウエハース	かゆ 鶏団子と野菜煮 そうめんのすまし汁	調乳 ☆やわらかかぼちゃケーキ せんべい	米。鶏挽き肉 豆腐 片栗粉 玉ねぎ ブロッコリー 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚挽き肉。 そうめん 人参 しめじ 小松菜 醤油 だし汁。 ／ホットケーキミックス かぼちゃ 育児用ミルク。
6金	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 豆腐のすりつぶし	米。じゃがいも 人参 大根 だし汁。豆腐 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳 りんご すりおろし	調乳 せんべい	かゆ おでん みそ汁	調乳 りんご せんべい	米。鶏肉 じゃがいも 人参 大根 三度豆 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。豆腐 わかめ 人参 玉ねぎ みそ だし汁。／りんご。
7土	うどんのくたくた煮 みかんのすりつぶし	うどん キャベツ 人参 玉ねぎ だし汁。 みかん。	調乳	調乳 せんべい	煮込みうどん みかん	調乳 ゼリー せんべい	うどん 豚肉 キャベツ 人参 しいたけ 玉ねぎ わかめ 醤油 だし汁。 みかん。
9月	すりつぶしがゆ 野菜のミルク煮 野菜のくたくた煮	米。じゃがいも 玉ねぎ 育児用ミルク。人参 大根 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 肉じゃが 煮びたし ミニゼリー	調乳 バナナ せんべい	米 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 大根 しらす干し きゅうり 砂糖 醤油 だし汁。／バナナ
10火	パンがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	コッペパン 育児用ミルク。 じゃがいも 玉ねぎ だし汁。キャベツ 人参 だし汁。	調乳 	調乳 ビスケット	パンがゆ 卵黄とじ スープ	調乳 ☆ほうれん草がゆ	コッペパン 育児用ミルク。 卵黄 じゃがいも 人参 玉ねぎ 醤油 だし汁 代替) コーン 代替) 豚肉。 キャベツ 玉ねぎ 人参 醤油 だし汁。／米 ほうれん草 すりごま。
11水	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のミルク煮	米。ブロッコリー 人参 だし汁。大根 白菜 人参 玉ねぎ 育児用ミルク。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁	調乳 ふかしおじゃが	米。鶏肉 ブロッコリー 人参 醤油 だし汁。 大根 はくさい 人参 玉ねぎ みそ だし汁。 ／じゃが芋。
12木	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つぶし	米。白身魚 人参 だし汁。じゃがいも 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 ☆パンがゆ	米。白身魚 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。人参 じゃがいも 玉ねぎ わかめ みそ だし汁。 ／ロールパン 育児用ミルク。
13金	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つぶし	米。白身魚 人参 だし汁。小松菜 玉ねぎ だし汁。	調乳 りんご すりおろし	調乳 せんべい	かゆ 白身魚と野菜煮 すまし汁	調乳 りんご せんべい	米。白身魚 キャベツ 醤油 砂糖 だし汁 代替) 豚肉。 豆腐 小松菜 人参 玉ねぎ だし汁 醤油 代替) 豚肉。 ／りんご。
14土	スパゲッティのくたくた煮 みかんのすりつぶし	スパゲッティ 人参 玉ねぎ だし汁。みかん。	調乳	調乳 せんべい	スパゲッティと 野菜の煮物 みかん	調乳 ふかししいも せんべい	スパゲッティ 豚挽き肉 人参 玉ねぎ キャベツ 醤油 出し汁。みかん。／さつまいも。
16月	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし 野菜のくたくた煮	米。豆腐 人参 大根 だし汁。玉ねぎ 鮭缶 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 鶏肉とひじきの けんちん煮 みそ汁・テ) みかん	調乳 ☆やわらか ミルク蒸しパン	米。木綿豆腐 鶏肉 芽ひじき 人参 玉ねぎ 三度豆 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。大根 玉ねぎ 人参 ほんしめじ みそ だし汁。みかん。／ホットケーキミックス 育児用ミルク。
17火	パンがゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つぶし	食パン 育児用ミルク。 玉ねぎ 人参 鮭缶 だし汁。キャベツ 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	パンがゆ 卵黄とじ 野菜スープ	調乳 ☆さつまいもの きんとん	食パン 育児用ミルク。卵黄 玉ねぎ 生しいたけ 人参 じゃがいも ピーマン 醤油 だし汁 代替) 豚肉・コーン。豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 ほうれん草 醤油 だし汁。／さつまいも 育児用ミルク バター 砂糖。
18水	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	米。じゃがいも 玉ねぎ だし汁。人参 大根 だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト	調乳 バナナ せんべい	米。牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 大根 しらす干し 砂糖 醤油 だし汁。ヨーグルト。 ／バナナ。
19木	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つぶし	米。白身魚 ほうれん草 だし汁。大根 人参 だし汁。	調乳	調乳 ウエハース	かゆ 白身魚と野菜の煮物 すまし汁	調乳 ミニゼリー せんべい	米。白身魚 ほうれん草 醤油 砂糖 だし汁 代替) 豚肉。 大根 人参 ほんしめじ 醤油 だし汁。
20金	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし 野菜のミルク煮	米。豆腐 人参 だし汁。 ほうれん草 玉ねぎ 片栗粉 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	かゆ ほうれん草挽肉あんかけ みそ汁	調乳 ☆あんかけうどん	米。豚挽き肉 玉ねぎ 人参 ほうれん草 醤油 砂糖 片栗粉 だし汁。豆腐 わかめ 人参 玉ねぎ みそ だし汁。／うどん 豚肉 キャベツ 人参 生しいたけ 片栗粉 だし汁 醤油。
21土	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜のミルク煮	米。鮭缶 人参 だし汁。 大根 人参 玉ねぎ 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	人参がゆ みそ汁	調乳 せんべい ふかししいも	米 人参 だし汁。大根 人参 玉ねぎ わかめ みそ 出し汁。／さつまいも。
24火	パンがゆ 野菜のミルク煮 野菜のくたくた煮	食パン 野菜スープ。 かぼちゃ 玉ねぎ 育児用ミルク。人参 キャベツ だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	パンがゆ かぼちゃのミルク煮 煮びたし	調乳 ☆やわらか かわりあべかわ	食パン 野菜スープ。 鶏肉 玉ねぎ 人参 かぼちゃ バター 育児用ミルク 代替) 豚肉。 キャベツ きゅうり 醤油 砂糖 出し汁。／マカロニ きな粉 砂糖。
25水	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	米。人参 じゃがいも だし汁。かぶら 玉ねぎ 人参 だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 大豆と野菜の煮物 みそ汁 テ) りんご	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	米。大豆水煮 人参 三度豆 だし汁 砂糖 醤油。 かぶら 玉ねぎ 人参 みそ だし汁。りんご。 ／ホットケーキミックス 育児用ミルク 油。
26木	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜のくたくた煮	米。白身魚 人参 だし汁。 じゃがいも 人参 玉ねぎ キャベツ だし汁。	調乳 りんご すりおろし	調乳 せんべい	かゆ 白身魚と野菜煮 卵スープ	調乳 りんご ビスケット	米。白身魚 玉ねぎ 人参 ピーマン キャベツ しめじ 砂糖 醤油 片栗粉 だし汁 代替) 豚肉。 卵黄 玉ねぎ 人参 わかめ 醤油 片栗粉 だし汁 代替) 豚肉。／りんご。
27金	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし 野菜のくたくた煮	米。豆腐 人参 だし汁。 大根 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豚肉と野菜の煮物 すまし汁	調乳 型抜きチーズ せんべい	米。豚肉 玉ねぎ 人参 醤油 だし汁。 豆腐 わかめ 人参 しめじ みつば 醤油 だし汁。 ／型抜きチーズ。
28土	うどんのくたくた煮 りんごすりおろし	うどん 白菜 人参 玉ねぎ だし汁。 りんご。	調乳	調乳 せんべい	わかめうどん りんご	調乳 ゼリー せんべい	うどん 豚肉 わかめ 白菜 人参 だし汁 醤油。 りんご。
30月	すりつぶしがゆ 野菜のミルク煮 野菜のくたくた煮	米。じゃがいも 玉ねぎ 育児用ミルク。人参 チンゲンサイ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 肉じゃが みそ汁	調乳 バナナ せんべい	米 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 三度豆 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 豆腐 玉ねぎ 人参 チンゲンサイ みそ だし汁。 ／バナナ。

☆印は手作りおやつです。