



11月の離乳食献立表（後期～完了期）



令和2年11月1日

池田市立保育所・認定こども園

実施日	献立名		後期（9～11ヶ月）		間食（午後）	献立名	
	間食（午前）	昼食	食品名			完了期（12～18ヶ月）	昼食
2月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 里芋と大根煮 みそ汁 焼きのり	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 セラチン 砂糖。		調乳 ☆ぶどうジュース寒天 せんべい	軟飯→ごはん 里芋と大根煮 みそ汁 焼きのり	
4水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 白身魚と野菜の煮物 とんべい汁 デ) みかん	米。白身魚 ほうれん草 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。【白身魚 醤油 砂糖 油。(完了)】 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。		調乳 ☆やわらかコーンの ホットケーキ	軟飯→ごはん 照り焼き魚 とんべい汁 デ) みかん	
5木	調乳 ウエハース	かゆ→軟飯 鶏団子と野菜煮 そうめんのすまし汁	米。鶏挽き肉 豆腐 片栗粉 玉ねぎ フロッコリー 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。		調乳 ☆かぼちゃケーキ せんべい	軟飯→ごはん 鶏団子と野菜煮 そうめんのすまし汁	
6金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 おでん みそ汁	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。		調乳 りんご せんべい	軟飯→ごはん おでん みそ汁	
7土	調乳 せんべい	煮込みうどん みかん	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。		調乳 ゼリー せんべい	煮込みうどん みかん	
9月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 肉じゃが 煮びたし ミニゼリー	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 きゅうり しらす干し 砂糖 醤油 だし汁。／バナナ。		調乳 バナナ せんべい	軟飯→ごはん 肉じゃが 煮びたし ミニゼリー	
10火	調乳 ビスケット	パンがゆ→コッペパン 卵とじ スープ	コッペパン 育児用ミルク。卵 じゃがいも 人参 玉ねぎ 醤油 だし汁 代替) コーン 代替) 豚肉 【油(完了)】。 キャベツ 玉ねぎ 人参 醤油 だし汁。／米 ほうれん草 すりごま。		調乳 ☆ほうれん草がゆ	コッペパン キッシュ スープ	
11水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁	米。鶏肉 フロッコリー 人参 醤油 だし汁。大根 はくさい 人参 玉ねぎ みそ だし汁。／ じゃがいも。		調乳 ふかしおじゃが	軟飯→ごはん 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁	
12木	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 煮魚 みそ汁	米。白身魚 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。人参 じゃがいも 玉葱 わかめ みそ だし汁。 ／ロールパン 育児用ミルク。		調乳 ☆パンがゆ→ロールパン	軟飯→ごはん 煮魚 みそ汁	
13金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 白身魚と野菜煮 すまし汁	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。		調乳 りんご せんべい	軟飯→ごはん 白身魚と野菜煮 すまし汁	
14土	調乳 せんべい	スパゲッティと野菜の煮物 みかん	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。		調乳 ふかししいも せんべい	スパゲッティと野菜の煮物 みかん	
16月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 鶏肉とひじきのけんちん煮 みそ汁 デ) みかん	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。		調乳 ☆やわらか ミルク蒸しパン	軟飯→ごはん 鶏肉とひじきのけんちん煮 みそ汁 デ) みかん	
17火	調乳 ビスケット	パンがゆ→トースト 卵とじ 野菜スープ	食パン 育児用ミルク。卵 しいたけ 玉ねぎ 人参 じゃがいも ビーマン 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。		調乳 ☆さつまいものきんとん	トースト 卵とじ 野菜スープ	
18水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト	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。		調乳 バナナ せんべい	軟飯→ごはん 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト	
19木	調乳 ウエハース	かゆ→軟飯 白身魚と野菜の煮物 すまし汁	米。白身魚 ほうれん草 醤油 砂糖 だし汁 代替) 豚肉【白身魚 醤油 砂糖 だし汁(完了)】。【木綿豆腐 ほうれん草 人参 ひじき缶 砂糖 醤油 白みそ 白すりごま だし汁 代替) 豚肉(完了)】 大根 人参 ほんしめじ 醤油 だし汁。		調乳 ミニゼリー せんべい	軟飯→ごはん 煮魚 白和え すまし汁	
20金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 ほうれん草挽肉あんかけ みそ汁	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。 木綿豆腐 わかめ 人参 玉ねぎ みそ だし汁。 ／うどん 豚肉 キャベツ 人参 しいたけ 片栗粉 だし汁 醤油。		調乳 ☆あんかけうどん	軟飯→ごはん ほうれん草挽肉あんかけ みそ汁	
21土	調乳 せんべい	人参がゆ みそ汁	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。		調乳 せんべい ふかししいも	人参軟飯→人参ごはん みそ汁	
24火	調乳 ビスケット	パンがゆ→トースト かぼちゃのミルク煮 煮びたし	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。		調乳 ☆やわらか かわりあべかわ	トースト かぼちゃのミルク煮 煮びたし	
25水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 大豆と野菜の煮物 みそ汁 デ) りんご	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。		調乳 ☆やわらかホットケーキ	軟飯→ごはん 大豆と野菜の煮物 みそ汁 デ) りんご	
26木	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 白身魚と野菜煮 卵スープ	米。白身魚 玉ねぎ 人参 ビーマン キャベツ しめじ 砂糖 醤油 片栗粉 だし汁 代替) 豚肉。 卵 たまねぎ 人参 わかめ 醤油 片栗粉 だし汁 代替) 豚肉。 ／りんご。		調乳 りんご ビスケット	トースト 白身魚と野菜煮 卵スープ	
27金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 豚肉と野菜の煮物 すまし汁	米。豚肉 たまねぎ 人参 醤油 出し汁。 豆腐 わかめ 人参 しめじ みつば 醤油 出し汁。 ／型抜きチーズ。		調乳 型抜きチーズ せんべい	軟飯→ごはん 豚肉と野菜の煮物 すまし汁	
28土	調乳 せんべい	わかめうどん りんご	うどん 豚肉 わかめ 白菜 人参 だし汁 醤油。 りんご。		調乳 ゼリー せんべい	わかめうどん りんご	
30月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 肉じゃが みそ汁	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。 木綿豆腐 玉ねぎ 人参 チンゲンサイ みそ だし汁。 / バナナ。		調乳 バナナ せんべい	軟飯→ごはん 肉じゃが みそ汁	

☆印は手作りおやつです。