




11月の離乳食献立表（初期～中期）



令和3年11月1日

池田市立保育所

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
1月	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 りんご すりおろし	調乳 せんべい	かゆ 肉じゃが 煮びだし ヨーグルト	調乳 りんご せんべい	米。合挽きミンチ じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリーンピース 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。 ヨーグルト。 / りんご。
2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 煮びだし デ) りんご	調乳 ミニゼリー せんべい	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。 / りんご。
4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 ブロッコリー だし汁。大根 人参 だし汁。	調乳	調乳 ウエハース	かゆ 白身魚と野菜煮 みそ汁	調乳 ☆やわらかかぼちゃケーキ せんべい	米。白身魚 ブロッコリー 醤油 砂糖 だし汁 代替) 豚肉。 大根 わかめ 人参 みそ だし汁。 / ホットケーキミックス かぼちゃ 育児用ミルク。
5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。
6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。
8月	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 せんべい	かゆ 大豆と野菜の煮物 みそ汁 焼きのり	調乳 バナナ せんべい	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。焼きのり。 / バナナ。
9火	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。 かぼちゃ 玉ねぎ ブロッコリー だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	かゆ 鶏団子と野菜煮 かぼちゃのみそ汁	調乳 ☆やわらか かわりあべかわ	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。 かぼちゃ たまねぎ 人参 小松菜 みそ だし汁。 / マカロニ きな粉 砂糖。
10水	パンがゆ スパゲッティくたくた煮 野菜のくたくた煮	ロールパン 育児用ミルク。 スパゲッティ 人参 玉ねぎ だし汁。じゃがいも 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	パンがゆ 野菜ときのこのスープパスタ トマトと卵黄のスープ デ) みかん	調乳 ミニゼリー ビスケット	ロールパン 育児用ミルク。スパゲッティ 豚肉 なす たまねぎ コーン ビーマン しめじ 醤油 だし汁。 卵黄 トマト じゃがいも 玉ねぎ 醤油 だし汁。 みかん。
11木	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 ほうれん草焼肉あんかけ みそ汁	調乳 ☆やわらか ミルク蒸しパン	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。 / ホットケーキミックス 育児用ミルク。
12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	調乳 せんべい	かゆ 白身魚と野菜煮 すまし汁	調乳 ☆ぶどうジュースゼリー 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。 / ぶどうジュース 粉寒天 砂糖。
13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 デ) みかん	調乳 ふかしおじゃが せんべい	米 人参 だし汁。大根 人参 玉ねぎ わかめ みそ 出し汁。みかん。 / じゃがいも。
15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 デ) みかん	調乳 型抜きチーズ 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。みかん。 / 型抜きチーズ。
16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 ☆あんかけうどん	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。 / うどん 豚肉 キャベツ 人参 生しいたけ たまねぎ 片栗粉 だし汁 醤油。
17水	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 ポーロ	かゆ 肉じゃが 煮びだし 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 グリーンピース 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。 / バナナ
18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。ほうれん草 大根 だし汁。	調乳	調乳 ウエハース	かゆ 白身魚と野菜の煮物 とんべい汁	調乳 ☆さつまいもの きんとん	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。 / さつまいも 育児用ミルク 砂糖。
19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。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。
20土	スパゲッティくたくた煮 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 ゼリー 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。
22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	調乳 ☆きな粉ミルクがゆ	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。 / 食パン きな粉 育児用ミルク 砂糖。
24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 ほうれん草 だし汁。大根 人参 だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 白身魚と野菜の煮物 すまし汁	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	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。 / ホットケーキミックス 育児用ミルク 油。
25木	パンがゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つぶし	ロールパン 育児用ミルク。 玉ねぎ 人参 鮭缶 だし汁。チンゲンサイ 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	パンがゆ 卵黄とじ 野菜スープ デ) みかん	調乳 ☆スイートポテト	ロールパン 育児用ミルク。卵黄 玉ねぎ 生しいたけ 人参 ビーマン 醤油 だし汁 代替) 豚肉・コーン。 豚肉 しめじ 玉ねぎ 人参 チンゲンサイ 醤油 だし汁。みかん。 / さつまいも 育児用ミルク バター 砂糖。
26金	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のミルク煮	米。キャベツ 人参 だし汁。ほうれん草 人参 玉ねぎ 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 ほうれん草スープ	調乳 ゼリー せんべい	米。鶏肉 キャベツ 人参 醤油 だし汁。 ほうれん草 人参 たまねぎ コーン 醤油 だし汁。
27土	スパゲッティ-ミルク煮 りんごすりおろし	スパゲッティ 人参 玉ねぎ 育児用ミ。り んご。	調乳	調乳 せんべい	スパゲッティ煮 りんご	調乳 ふかししいも せんべい	スパゲッティ 豚挽き肉 人参 たまねぎ しめじ ビーマン 醤油 だし汁 油 りんご。 / さつまいも。
29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 はくさい だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 肉じゃが みそ汁	調乳 ☆コーンのやわらか ホットケーキ	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。 はくさい 玉ねぎ 人参 みそ だし汁。 / コーン缶 ホットケーキミックス 育児用ミルク 油 砂糖。
30火	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。 りんご。	調乳 りんご すりおろし	調乳 ビスケット	かゆ 白身魚と野菜煮 卵黄スープ	調乳 りんご せんべい	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。 卵黄 豆腐 人参 チンゲンサイ 醤油 片栗粉 だし汁 代替) 豚肉。 / りんご。

☆印は手作りおやつです。