



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 |
| 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。 / りんご。 | 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。 / りんご。 | 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 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。 |
| 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 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。 |
| 20 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 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。