

11月の離乳食献立表（後期～完了期）

| 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 |
| | | | | | | | |
| 1(金) | 調乳 ポーロ | かゆ→軟飯 煮魚 みそ汁 | 米 / カレイ ほうれん草 砂糖 しょう油 だし汁 代替) 豚肉 / 豆腐 チンゲンサイ 人参 玉ねぎ みそ だし汁 (ホットケーキミックス 人参 育児用ミルク。) | | 調乳 ☆やわらか 人参ホットケーキ | 軟飯→ごはん 煮魚 みそ汁 | |
| 2(土) | 調乳 せんべい | 煮込みうどん くだもの(りんご) | うどん はくさい 人参 しょう油 だし汁 / りんご (じゃが芋) | | 調乳 ふかしおじゃが せんべい | 煮込みうどん くだもの(りんご) | |
| 5(火) | 調乳 せんべい | パンがゆ→トースト かぼちゃのポタージュ 野菜マッシュポテト | 食パン 育児用ミルク / 鶏肉 玉ねぎ 人参 かぼちゃ 育児用ミルク だし汁 代替) 豚肉 / じゃが芋 人参 きゅうり 育児用ミルク (バナナ) | | 調乳 くだもの(バナナ) せんべい | トースト かぼちゃのポタージュ 野菜マッシュポテト | |
| 6(水) | 調乳 ポーロ | かゆ→軟飯 豆腐と野菜の煮物 かぼちゃのみそ汁 デザート(りんご) | 米 / 豆腐 玉ねぎ キャベツ しょう油 砂糖 だし汁 / かぼちゃ 玉ねぎ 人参 小松菜 みそ だし汁 / りんご (さつまいも 砂糖 育児用ミルク) | | 調乳 ☆スイートポテト | 軟飯→ごはん 豆腐と野菜の煮物 かぼちゃのみそ汁 デザート(りんご) | |
| 7(木) | 調乳 せんべい | かゆ→軟飯 煮物 ヨーグルト 煮浸し | 米 / 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース 砂糖 しょう油 だし汁 代替) 豚肉 / 大根 人参 砂糖 しょう油 だし汁 / ヨーグルト(プレーン) (りんご) | | 調乳 くだもの(りんご) せんべい | 軟飯→ごはん 煮物 ヨーグルト 煮浸し | |
| 8(金) | 調乳 ポーロ | かゆ→軟飯 鮭と野菜の煮物 青菜のみそ汁 | 米 / 鮭 キャベツ 人参 砂糖 しょう油 だし汁 / 小松菜 人参 大根 みそ だし汁 | | 調乳 ゼリー せんべい | 軟飯→ごはん 鮭と野菜の煮物 青菜のみそ汁 | |
| 9(土) | 調乳 せんべい | 人参かゆ→軟飯 みそ汁 くだもの(バナナ) | 米 人参 / 大根 人参 玉ねぎ じゃが芋 みそ だし汁 / バナナ (みかんゼリー) | | 調乳 ゼリー せんべい | 人参軟飯→ごはん みそ汁 くだもの(バナナ) | |
| 11(月) | 調乳 せんべい | かゆ→軟飯 けんちん煮 みそ汁 デザート(みかん) | 米 / 豆腐 鶏肉 人参 玉ねぎ 三度豆 砂糖 しょう油 だし汁 代替) じゃが芋 代替) 豚肉 / かぼちゃ 人参 玉ねぎ 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 蒸しパン | 軟飯→ごはん けんちん煮 みそ汁 デザート(みかん) | |
| 12(火) | 調乳 せんべい | パンがゆ→コッペパン 卵とじ 野菜のスープ | コッペパン 育児用ミルク / 卵 じゃが芋 玉ねぎ 人参 だし汁 砂糖 しょう油 だし汁 代替) 豚肉 代替) コーン / キャベツ 玉ねぎ 人参 チンゲンサイ しょう油 だし汁 (うどん 豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ しょう油 砂糖 だし汁) | | 調乳 ☆煮込みうどん | コッペパン 卵とじ 野菜のスープ | |
| 13(水) | 調乳 ポーロ | かゆ→軟飯 煮魚 みそ汁 | 米 / メルルルーサ キャベツ 砂糖 しょう油 だし汁 代替) 豚肉 / はくさい 人参 玉ねぎ みそ だし汁 (食パン きな粉 育児用ミルク) | | 調乳 ☆きなこミルクパン | 軟飯→ごはん 煮魚 みそ汁 | |
| 14(木) | 調乳 せんべい | かゆ→軟飯 煮魚 みそ汁 | 米 / カレイ 砂糖 しょう油 だし汁 代替) 豚肉 / じゃが芋 人参 玉ねぎ みそ だし汁 | | 調乳 せんべい ミニゼリー | 軟飯→ごはん 煮魚 みそ汁 | |
| 15(金) | 調乳 ポーロ | かゆ→軟飯 野菜のそぼろ煮 みそ汁 | 米 / 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 ほうれん草 しょう油 砂糖 だし汁 / 豚肉 人参 大根 みそ だし汁 (バナナ) | | 調乳 くだもの(バナナ) せんべい | 軟飯→ごはん 野菜のそぼろ煮 みそ汁 | |
| 16(土) | 調乳 せんべい | 煮込みうどん くだもの(りんご) | うどん 人参 玉ねぎ キャベツ しょう油 だし汁 / りんご (さつまいも) | | 調乳 ふかしいも せんべい | 煮込みうどん くだもの(りんご) | |
| 18(月) | 調乳 せんべい | かゆ→軟飯 鶏肉と野菜の煮物 そうめんのすまし汁 デザート(バナナ) | 米 / 鶏肉 人参 三度豆 玉ねぎ 砂糖 しょう油 だし汁 代替) 豚肉 / そうめん 人参 しょう油 だし汁 / バナナ (豚肉 人参 玉ねぎ 小麦粉 片栗粉 しょう油 だし汁) | | 調乳 ☆やわらか ちぢみ焼き | 軟飯→ごはん 鶏肉と野菜の煮物 そうめんのすまし汁 デザート(バナナ) | |
| 19(火) | 調乳 せんべい | かゆ→軟飯 煮魚 みそ汁 | 米 / カレイ ほうれん草 はくさい しょう油 砂糖 だし汁 代替) 豚肉 / 豆腐 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) | | 調乳 ☆やわらか ホットケーキ | 軟飯→ごはん 煮魚 みそ汁 | |
| 20(水) | 調乳 ポーロ | かゆ→軟飯 煮物 フレッシュゼリー 煮浸し | 米 / 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース しょう油 砂糖 だし汁 代替) 豚肉 / 大根 人参 しょう油 だし汁 / フレッシュゼリー (りんご) | | 調乳 くだもの(りんご) せんべい | 軟飯→ごはん 煮物 フレッシュゼリー 煮浸し | |
| 21(木) | 調乳 せんべい | パンがゆ→ロールパン 煮込みそうめん 豆乳スープ | ロールパン 育児用ミルク / そうめん 合挽きミンチ 人参 玉ねぎ しょう油 だし汁 代替) 豚ひき肉 / チンゲンサイ 玉ねぎ じゃが芋 人参 豆乳 だし汁。(バナナ) | | 調乳 くだもの(バナナ) せんべい | ロールパン 煮込みそうめん 豆乳スープ | |
| 22(金) | 調乳 ポーロ | かゆ→軟飯 鶏肉と野菜の煮物 トマトと卵のスープ | 米 / 鶏むね肉 ブロッコリー 玉ねぎ 砂糖 しょう油 だし汁 代替) 豚肉 / 卵 トマト じゃが芋 玉ねぎ 代替) 豚肉 代替) コーン (おつゆ麩 育児用ミルク りんご) | | 調乳 ☆麩とリンゴ のミルク煮 | 軟飯→ごはん 鶏肉と野菜の煮物 トマトと卵のスープ | |
| 25(月) | 調乳 せんべい | かゆ→軟飯 大豆の煮物 みそ汁 青のり | 米 / 大豆 大根 人参 三度豆 しょう油 砂糖 だし汁 代替) 豚肉 / 豆腐 人参 玉ねぎ ほうれん草 みそ だし汁 / 青のり | | 調乳 せんべい ポーロ | 軟飯→ごはん 大豆の煮物 みそ汁 青のり | |
| 26(火) | 調乳 せんべい | パンがゆ→トースト 豆腐の煮物 ほうれん草スープ | 食パン 育児用ミルク / 豆腐 豚ひき肉 人参 玉ねぎ しょう油 砂糖 だし汁 代替) じゃが芋 / ほうれん草 人参 玉ねぎ しょう油 だし汁。 (育児用ミルク ゼラチン) | | 調乳 ☆ミルクゼリー せんべい | トースト 豆腐のグラタン ほうれん草スープ | |
| 27(水) | 調乳 ポーロ | かゆ→軟飯 鮭と野菜の煮物 かきたま汁 | 米 / 鮭 人参 玉ねぎ キャベツ しょう油 砂糖 だし汁 代替) 豚肉 / 卵 豆腐 人参 チンゲンサイ 片栗粉 しょう油 だし汁 代替) 豚肉 代替) コーン (ホットケーキミックス コーン 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 鮭と野菜の煮物 かきたま汁 | |
| 28(木) | 調乳 せんべい | パンがゆ→ロールパン 卵のソテー 野菜スープ デザート(りんご) | ロールパン 育児用ミルク / 卵 人参 玉ねぎ 代替) 豚肉 代替) コーン / 豚肉 玉ねぎ 人参 チンゲンサイ しょう油 だし汁 / りんご (フレッシュゼリー) | | 調乳 せんべい フレッシュゼリー | ロールパン 卵のソテー 野菜スープ デザート(りんご) | |
| 29(金) | 調乳 ポーロ | かゆ→軟飯 野菜のそぼろ煮 みそ汁 | 米 / 豚ひき肉 三度豆 人参 片栗粉 砂糖 しょう油 だし汁 / 鮭 かぶ 人参 みそ だし汁 代替) 豚肉 (バナナ) | | 調乳 かみかみデー デザート(バナナ) せんべい | 軟飯→ごはん 野菜のそぼろ煮 みそ汁 | |
| 30(土) | 調乳 せんべい | かゆ→軟飯 豚肉と野菜の煮物 みそ汁 | 米 / 豚肉 はくさい 人参 玉ねぎ 三度豆 しょう油 砂糖 だし汁 / じゃが芋 人参 玉ねぎ だし汁 みそ (みかんゼリー) | | 調乳 ゼリー せんべい | 軟飯→ごはん 豚肉と野菜の煮物 みそ汁 | |