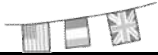


2025/11/1



11月の離乳食献立表（初期～中期）



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	献立名	食品名	食品名
1(土)	うどんのくたくた煮 野菜の煮つぶし	うどん じゃが芋 人参 だし汁/ 白菜 人参 しょう油 だし汁	調乳	煮込みうどん みかん	調乳 ふかしおじゃが せんべい	うどん 白菜 わかめ 人参 しょう油 だし汁/ みかん (じゃがいも)
4(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 人参 だし汁 育児用ミルク / じゃが芋 玉ねぎ 出し汁	調乳	パンがゆ かぼちゃのポタージュ 野菜マッシュポテト	調乳 ☆スイートポテト	食パン 野菜スープ/ たまねぎ 人参 かぼちゃ 育児用ミルク だし汁 / じゃが芋 人参 きゅうり 育児用ミルク (さつまいも 砂糖 育児用ミルク)
5(水)	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜の煮つぶし	米/ 豆腐 人参 だし汁/ じゃが芋 キャベツ だし汁	調乳	かゆ けんちん煮 みそ汁・デ) パナナ	調乳 ☆やわらか 蒸しパン	米/ 豆腐 鶏肉 人参 玉ねぎ 砂糖 しょう油 だし汁 代替) じゃが芋 代替) 豚肉/ じゃが芋 キャベツ 人参 みそ だし汁/ パナナ (ホットケーキミックス 育児用ミルク)
6(木)	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つぶし	米/ じゃが芋 玉ねぎ 人参 だし汁 大根 人参 だし汁	調乳	かゆ けんちん煮 みそ汁・デ) パナナ	調乳 りんご せんべい	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 醤油 だし汁 / ヨーグルト (りんご)
7(金)	すりつぶしがゆ 鮭のすり流し 野菜のくたくた煮	米/ 鮭 キャベツ 人参 片栗粉 だし汁/小松菜 白菜 だし汁	調乳	かゆ 鮭と野菜の煮物 すまし汁	調乳 フレッシュゼリー せんべい	米/ 鮭 キャベツ 人参 砂糖 しょう油 だし汁 代替) 豚肉 / 小松菜 白菜 人参 白玉麩 しょう油 だし汁 (フレッシュゼリー)
8(土)	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し 野菜のくたくた煮	米 / 豆腐 玉ねぎ 出し汁/ 人参 さつまいも だし汁	調乳	人参かゆ みそ汁 くだもの (パナナ)	調乳 ゼリー せんべい	米 人参/ 豚肉 豆腐 さつまいも 人参 玉ねぎ みそ だし汁 / パナナ (ももゼリー)
10(月)	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜のくたくた煮	米/ 豆腐 はくさい だし汁/ 大根 人参 玉ねぎ だし汁	調乳	かゆ 豆腐のつくね煮 みそ汁	調乳 ☆うどんきな粉まぶし	米/ 豆腐 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ 片栗粉 砂糖 しょう油 だし汁 代替) 豚ひき肉 代替) じゃがいも / 白菜 大根 みそ だし汁 (うどん きな粉 砂糖)
11(火)	パンがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のミルク煮	コッペパン 育児用ミルク / キャベツ 玉ねぎ だし汁/ じゃがいも 人参 たまねぎ 育児用ミルク	調乳	パンがゆ 卵黄と野菜のトマト煮 野菜スープ・デ) パナナ	調乳 ☆煮込みうどん	コッペパン 育児用ミルク/ 卵黄 じゃが芋 玉ねぎ 人参 トマト だし汁 代替) 豚肉 代替) コーン / キャベツ たまねぎ チンゲン菜 しょう油 だし汁/ パナナ (うどん 豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ しょう油 だし汁)
12(水)	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜の煮つぶし	米/ 豆腐 キャベツ だし汁 / 大根 人参 だし汁	調乳	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 パナナ せんべい	米/ カレイ キャベツ 砂糖 しょう油 だし汁 代替) 豚肉 / 豆腐 豚肉 人参 大根 みそ だし汁 (パナナ)
13(木)	すりつぶしがゆ カレイのすり流し 野菜のくたくた煮	米/ カレイ 人参 片栗粉 だし汁/ じゃが芋 人参 玉ねぎ だし汁	調乳	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 フレッシュゼリー せんべい	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 (フレッシュゼリー)
14(金)	すりつぶしがゆ 豆腐と野菜の煮物 野菜の煮つぶし	米 / 豆腐 ほうれん草 人参 だし汁/ さつま芋 ブロッコリー だし汁	調乳	かゆ 野菜のそぼろ煮 みそ汁	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	米/ 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 ブロッコリー しょう油 砂糖 だし汁 代替) 豚ひき肉 / さつまいも 豆腐 玉ねぎ ほうれん草 みそ だし汁 (ホットケーキミックス 育児用ミルク)
15(土)	うどんのくたくた煮 きんとん	うどん 人参 玉ねぎ だし汁/ さつまいも 育児用ミルク/	調乳	煮込みうどん りんご	調乳 ふかしいも せんべい	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)
17(月)	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜のくたくた煮	米/ 豆腐 人参 だし汁/ チンゲン菜 玉ねぎ だし汁	調乳	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 卵黄汁	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	米/ 鶏肉 人参 玉ねぎ 砂糖 しょう油 だし汁 代替) 豚肉 / 卵黄 豆腐 人参 チンゲン菜 片栗粉 しょう油 だし汁 代替) 豚肉 (ホットケーキミックス 育児用ミルク)
18(火)	すりつぶしがゆ カレイのすり流し 野菜のくたくた煮	米/ カレイ ほうれん草 片栗粉 だし汁/ 大根 人参 玉ねぎ だし汁	調乳	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 ☆鮭とりんごのミルク煮	米 /カレイ ほうれん草 醤油 砂糖 だし汁 代替) 豚肉 / 大根 人参 玉ねぎ みそ だし汁 (おつゆ麩 育児用ミルク りんご)
19(水)	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	米/ じゃが芋 玉ねぎ 人参 だし汁/ キャベツ きゅうり だし汁	調乳	かゆ 煮物 煮浸し・フレッシュゼリー	調乳 パナナ せんべい	米/ 豚ひき肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース 砂糖 しょう油 だし汁 / キャベツ きゅうり ツナ水煮缶 コーン しょう油 だし汁 /フレッシュゼリー (パナナ)
20(木)	パンがゆ そうめんのくたくた煮 かぼちゃのミルク煮	ロールパン 野菜スープ/ そうめん 人参 玉ねぎ だし汁/ かぼちゃ 育児用ミルク	調乳	パンがゆ 煮込みそうめん 野菜スープ・デ) みかん	調乳 ☆やわらか ちぢみ焼き	ロールパン 野菜スープ / ほうれん草 豚肉 人参 玉ねぎ しょう油 だし汁 / かぼちゃ レタス 人参 しょう油 だし汁 / みかん (豚肉 人参 玉ねぎ 小麦粉 片栗粉 しょう油 だし汁)
21(金)	すりつぶしがゆ 野菜煮つぶし 野菜のくたくた煮	米/ 玉ねぎ ブロッコリー だし汁/ じゃが芋 玉ねぎ だし汁	調乳	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 トマトと卵黄のスープ	調乳 フレッシュゼリー せんべい	米/ 鶏肉 ブロッコリー 玉ねぎ 砂糖 しょう油 だし汁 代替) 豚肉 / 卵黄 トマト じゃが芋 玉ねぎ しょう油 だし汁 代替) 豚肉 代替) コーン (フレッシュゼリー)
22(土)	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つぶし	米/ 白菜 人参 だし汁/ 大根 玉ねぎ だし汁	調乳	かゆ 豚肉と野菜の煮物 みそ汁	調乳 ゼリー せんべい	米/ 豚肉 はくさい 人参 玉ねぎ チンゲン菜 しょう油 砂糖 だし汁 / 大根 人参 みそ だし汁 (みかんゼリー)
25(火)	パンがゆ 野菜のくたくた煮 野菜のミルク煮	食パン 野菜スープ/ 人参 ほうれん草 だし汁/ じゃが芋 ブロッコリー 育児用ミルク	調乳	パンがゆ 鶏肉と野菜のミルク煮 ほうれん草のスープ	調乳 りんご せんべい	食パン 野菜スープ/ 鶏肉 じゃが芋 ブロッコリー 玉ねぎ 育児用ミルク 代替) 豚肉 / ほうれん草 人参 コーン しょう油 だし汁 (りんご)
26(水)	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し そうめんのくたくた煮	米/ カレイ 人参 片栗粉 だし汁/ そうめん キャベツ 玉ねぎ だし汁	調乳	かゆ カレイと野菜の煮物 そうめんのすまし汁	調乳 ☆ミルクゼリー せんべい	米/ カレイ 人参 玉ねぎ キャベツ しょう油 砂糖 だし汁 代替) 豚肉 / ほうれん草 人参 しめじ しょう油 だし汁 (育児用ミルク ゼラチン)
27(木)	パンがゆ 豆腐すり流し 野菜のくたくた煮	ロールパン 育児用ミルク/ 豆腐 玉ねぎ だし汁/ 大根 人参 だし汁	調乳	パンがゆ 卵黄とじ 野菜スープ・デ) みかん	調乳 ポーロ せんべい	ロールパン 育児用ミルク/卵黄 人参 玉ねぎ グリンピース しょう油 だし汁 代替) 豚肉 / 豆腐 大根 人参 しょう油 だし汁 /みかん
28(金)	すりつぶしがゆ 鮭のすり流し 野菜のくたくた煮	米/ 鮭 人参 片栗粉 だし汁/ かぶ 人参 だし汁	調乳	かゆ 野菜のそぼろ煮 みそ汁	調乳 フレッシュゼリー せんべい	米/ 豚ひき肉 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 (フレッシュゼリー)
29(土)	うどんのくたくた煮 豆腐のくたくた煮	うどん 人参 玉ねぎ だし汁/ 豆腐 小松菜 人参 だし汁	調乳	煮込みうどん 豆腐のスープ	調乳 ふかしおじゃが せんべい	うどん 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ しょう油 だし汁/ / 豆腐 人参 小松菜 しょう油 だし汁 (じゃがいも)

☆印は手作りおやつです。