

# 11月の離乳食献立表（初期～中期）

2025/11/1



池田市立保育所・認定こども園

実施日	献立名	食品名	間食	初期（5～6ヶ月）		献立名	午後間食	中期（7～8ヶ月）	
				午前間食	献立名			午後間食	食品名
1(土)	うどんのくたくた煮 野菜の煮つぶし	うどん ジャガ芋 人参 だし汁/ 白菜 人参 しょう油 だし汁	調乳	うどん 煮込みうどん せんべい みかん	調乳	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 せんべい かぼちゃのボタージュ 野菜マッシュボテト	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 / ジャガ芋 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 ボーロ	かゆ けんちん煮 みそ汁・デ) バナナ	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) ジャガ芋 代替) 豚肉 / ジャガ芋 キャベツ 人参 みそ だし汁/ バナナ (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 りんご	かゆ 煮物・煮浸し ヨーグルト	調乳 りんご せんべい	米 / 牛肉 ジャガ芋 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 (バナナ)	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 / バナナ (もちゼリー)			
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	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) ジャガイモ / 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 育児用ミルク	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) バナナ	調乳 ☆煮込みうどん	コッペパン 育児用ミルク/ 卵黄 ジャガ芋 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/ バナナ (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 ボーロ	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 バナナ 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 (バナナ)			
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 / ジャガ芋 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/ 野菜の煮つぶし	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 かわいいも 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/ チングン菜 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 チングン菜 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 りんごの すりおろし	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 ☆たのりんごのミルク煮	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 (おつゆ麺 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 ボーロ	かゆ 煮物 煮浸し・フレッシュゼリー	調乳 バナナ せんべい	米 / 豚ひき肉 ジャガ芋 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 ソナ水煮缶 コーン しょう油 だし汁 / フレッシュゼリー (バナナ)			
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 トマトと卵黄のスープ	調乳 ☆やわらか ちぢみ焼き	ロールパン 野菜スープ / そうめん 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 ジャガ芋 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 / ジャガ芋 ブロッコリー 育児用ミルク	調乳 りんごの すりおろし	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 ジャガ芋 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 ボーロ	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 / そうめん 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 ボーロ 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/ かぼ 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 かぼ 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 せんべい	煮込みうどん 豆腐のスープ	調乳 かわいいも 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。