

11月 離乳食献立表

汐江ふたば保育園

	1 (水)	2 (木)	4 (金)	6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)
主食	お粥	お粥	お粥	お粥	お粥	お粥	お粥	お粥	お粥
主菜	鶏ささ身 (中) 鶏ミンチ (後)	白身魚 (カレイ) (中・後)	鶏ささ身 (中) 鶏ミンチ (後)	白身魚 (鱈) (中・後)	鶏ささ身 (中) 鶏ミンチ (後)	白身魚 (鱈) (中・後)	白身魚 (鯛) (中・後)	鶏ささ身 (中) 鶏ミンチ (後)	白身魚 (カレイ) (中・後)
副菜	ほうれんそう にんじん	はくさい にんじん	キャベツ にんじん	さつまいも にんじん	ブロッコリー たまねぎ	はくさい にんじん	かぼちゃ こまつな	にんじん たまねぎ	だいこん たまねぎ
汁物	たまねぎ キャベツ (後)	こまつな たまねぎ (後)	さつまいも もやし (後)	たまねぎ キャベツ (後)	にんじん キャベツ (後)	かぼちゃ ほうれんそう (後)	たまねぎ キャベツ (後)	ほうれんそう かぼちゃ (後)	はくさい かぼちゃ (後)
おやつ	バナナ			さつまいも	バナナ		かぼちゃ		
	13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)	20 (月)	21 (火)	22 (水)
主食	お粥	お粥	お粥	お粥	お粥	お粥	お粥	お粥	お粥
主菜	鶏ささ身 (中) 鶏ミンチ (後)	白身魚 (鱈) (中・後)	鶏ささ身 (中) 鶏ミンチ (後)	白身魚 (鱈) (中・後)	鶏ささ身 (中) 鶏ミンチ (後)	白身魚 (鯛) (中・後)	鶏ささ身 (中) 鶏ミンチ (後)	白身魚 (カレイ) (中・後)	鶏ささ身 (中) 鶏ミンチ (後)
副菜	はくさい にんじん	だいこん かぼちゃ	はくさい たまねぎ	たまねぎ キャベツ	キャベツ にんじん	たまねぎ にんじん	にんじん じゃがいも	にんじん たまねぎ	こまつな にんじん
汁物	たまねぎ 木綿豆腐 (後)	さつまいも ほうれんそう (後)	にんじん かぼちゃ (後)	にんじん 木綿豆腐 (後)	ほうれんそう たまねぎ (後)	ほうれんそう レタス (後)	ほうれんそう キャベツ (後)	じゃがいも レタス (後)	たまねぎ キャベツ (後)
おやつ	かぼちゃ		さつまいも		バナナ		かぼちゃ		
	24 (金)	25 (土)	27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)			
主食	お粥	お粥	お粥	お粥	お粥	お粥			
主菜	白身魚 (鱈) (中・後)	鶏ささ身 (中) 鶏ミンチ (後)	白身魚 (鱈) (中・後)	鶏ささ身 (中) 鶏ミンチ (後)	白身魚 (鯛) (中・後)	鶏ささ身 (中) 鶏ミンチ (後)			
副菜	だいこん にんじん	にんじん たまねぎ	だいこん にんじん	ほうれんそう にんじん	さつまいも にんじん	キャベツ たまねぎ			
汁物	かぼちゃ キャベツ (後)	キャベツ 絹ごし豆腐 (後)	たまねぎ 木綿豆腐 (後)	たまねぎ かぼちゃ (後)	たまねぎ ほうれんそう (後)	にんじん こまつな (後)			
おやつ	バナナ		バナナ		さつまいも	かぼちゃ			

中期味付け
昆布だし
後期味付け
昆布だし
しょうゆ