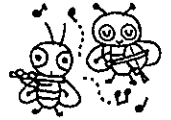




# 2022年 11月 離乳食 予定献立表

この花ナースリ ・ この花KidsRoom

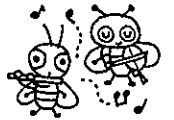


日付	時間帯	後期食 (9~11ヶ月頃)	中期食 (7~8ヶ月頃)	初期食 (5~6ヶ月頃)	主な材料
1 (火)	昼食	おかゆ 魚の豆乳みそ煮 野菜と麩の煮物 みそ汁 (冬瓜)	おかゆ 魚の豆乳みそ煮 野菜と麩の煮物 みそ汁 (冬瓜)	おかゆ 白身魚ペースト 野菜と麩のペースト かつおだし汁	米 キング ジャがいも 豆乳 麩 キャベツ にんじん 冬瓜 だし汁
	おやつ	野菜雑炊 りんご (おろし)			米 ほうれんそう にんじん りんご
2 (水)	昼食	おかゆ 豆腐と野菜のあんかけ 大根のそぼろ煮 みそ汁 (ほうれん草)	おかゆ 豆腐と野菜のあんかけ 大根のそぼろ煮 みそ汁 (ほうれん草)	おかゆ 豆腐のつぶし煮 大根・にんじんペースト かつおだし汁	米 豆腐 にんじん たまねぎ いんげん 鶏ひき肉 だいこん にんじん ほうれん草 だし汁
	おやつ	もずく雑炊 みかん			米 もずく にんじん みかん
4 (金)	昼食	トマト粥 大根と青菜の煮物 ブロッコリーとポテトのマッシュ 野菜スープ (キャベツ)	トマト粥 大根と青菜の煮物 ブロッコリーとポテトのマッシュ 野菜スープ (キャベツ)	トマト粥 大根と青菜のペースト ブロッコリーとポテトのマッシュ かつおだし汁	米 トマト 大根 玉ねぎ ほうれんそう ブロッコリー ジャがいも キャベツ だし汁
	おやつ	煮込みうどん バナナ 1/2			うどん (小袋) ささ身 にんじん キャベツ バナナ
5 (土)	昼食	おかゆ 豆腐のみそ煮 かぼちゃの甘煮 かつおだし汁	おかゆ 豆腐のみそ煮 かぼちゃの甘煮 かつおだし汁	おかゆ つぶし豆腐と野菜のペースト かぼちゃペースト かつおだし汁	米 鶏肉 豆腐 たまねぎ にんじん かぼちゃ だし汁
	おやつ	ひじきおにぎり (一口サイズ) みかん			米 ひじき みかん
7 (月)	昼食	そぼろあんかけ丼 キャベツとしらすの煮物 りんごヨーグルト 玉ねぎスープ	そぼろあんかけ丼 キャベツとしらすの煮物 りんごヨーグルト 玉ねぎスープ	おかゆ キャベツ・にんじんペースト おろしりんご かつおだし汁	米 鶏ひき肉 にんじん たまねぎ キャベツ しらす干し にんじん りんご ヨーグルト (乳) 玉ねぎ だし汁
	おやつ	野菜雑炊 バナナ			おかゆ ほうれんそう にんじん バナナ
8 (火)	昼食	おかゆ 白身魚とかぼちゃの煮物 大根の煮物 みそ汁 (ジャがいも)	おかゆ 白身魚とかぼちゃの煮物 大根の煮物 みそ汁 (ジャがいも)	おかゆ 白身魚とかぼちゃの煮物 大根の煮物 かつおだし汁	米 キング かぼちゃ あおのり だいこん にんじん いんげん ジャがいも だし汁
	おやつ	一口おにぎり (わかめ) みかん			米 わかめ みかん
9 (水)	昼食	煮込みうどん キャベツのツナ煮 バナナヨーグルト	煮込みうどん キャベツのツナ煮 バナナヨーグルト	おかゆ 野菜とうどんのペースト キャベツ・にんじんペースト かつおだし汁	うどん (小袋) ささ身 だいこん にんじん ほうれんそう キャベツ ピーマン にんじん ツナ缶 バナナ ヨーグルト だし汁
	おやつ	しらす粥 りんご (おろし)			米 しらす にんじん りんご
10 (木)	昼食	おかゆ 豆腐と野菜のすき焼き風 ジャがいものそぼろ煮 みそ汁 (とうがん)	おかゆ 豆腐と野菜のすき焼き風 ジャがいものそぼろ煮 みそ汁 (とうがん)	おかゆ 豆腐と野菜のペースト ジャがいもペースト かつおだし汁	米 豆腐 はくさい たまねぎ にんじん ジャがいも 鶏ひき肉 ほうれんそう 冬瓜 だし汁
	おやつ	さつまいもきなこ みかん			さつまいも きなこ みかん
11 (金)	昼食	納豆粥 魚のコーンクリーム煮 大根の煮物 みそ汁 (ほうれん草)	納豆粥 魚のコーンクリーム煮 大根の煮物 みそ汁 (ほうれん草)	おかゆ 魚のコーンクリーム煮 大根・にんじんペースト かつおだし汁	米 ひきわり納豆 キング たまねぎ クリームコーン だいこん にんじん いんげん ほうれん草 だし汁
	おやつ	食パン マカロニトマトスープ			食パン マカロニ 鶏ひき肉 トマト たまねぎ にんじん だいこん
12 (土)	昼食	そぼろあんかけ丼 キャベツのおかか煮 みそ汁 (豆腐・わかめ) ヨーグルト	そぼろあんかけ丼 キャベツのおかか煮 みそ汁 (豆腐・わかめ) ヨーグルト	おかゆ キャベツ・にんじんペースト 豆腐つぶし煮 かつおだし汁	米 鶏ひき肉 にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん かつお節 豆腐 わかめ だし汁 ヨーグルト
	おやつ	バナナ せんべい			バナナ ベビーせんべい
14 (月)	昼食	おかゆ 豆腐と野菜のあんかけ 冬瓜のそぼろ煮 かつおだし汁	おかゆ 豆腐と野菜のあんかけ 冬瓜のそぼろ煮 かつおだし汁	おかゆ 豆腐のつぶし煮 冬瓜・にんじんペースト かつおだし汁	米 豆腐 にんじん たまねぎ 鶏ひき肉 とうがん にんじん だし汁
	おやつ	ひじき雑炊 みかん	ひじき雑炊 みかん		米 ひじき にんじん みかん
15 (火)	昼食	おかゆ ひじき入り豆腐ハンバーグ ほうれん草の豆乳煮 白菜スープ	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 ほうれん草の豆乳煮 白菜スープ	おかゆ 豆腐と野菜ペースト ほうれん草ペースト かつおだし汁	米 豆腐 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん ほうれんそう にんじん だし汁 豆乳 はくさい だし汁
	おやつ	野菜雑炊 バナナ 1/2			米 豚肉 はくさい にんじん バナナ



# 2022年 11月 離乳食 予定献立表

この花ナーサリ ・ この花KidsRoom



日付	時間帯	後期食 (9~11ヶ月頃)	中期食 (7~8ヶ月頃)	初期食 (5~6ヶ月頃)	主な材料
16 (水)	昼食	おかゆ 魚のトマト煮 豆腐と野菜の煮物 かつおだし汁	おかゆ 魚のトマト煮 豆腐と野菜の煮物 かつおだし汁	おかゆ 魚とトマトのペースト 豆腐と野菜の煮物 かつおだし汁	米 キング ジャがいも トマト 豆腐 キャベツ にんじん だし汁
	おやつ	さつまいも粥 りんご (おろし)			米 さつまいも りんご
17 (木)	昼食	お誕生会 (お弁当)			
	おやつ	鶏雑炊 バナナ			米 鶏肉 たまねぎ にんじん バナナ
18 (金)	昼食	煮込みうどん 豆腐と青菜のとろみ煮 みかんヨーグルト	煮込みうどん 豆腐と青菜のとろみ煮 みかんヨーグルト	おかゆ 豆腐と青菜のペースト キャベツ・にんじんペースト かつおだし汁	うどん (小麦) ささ身 にんじん キャベツ 豆腐 ほうれんそう みかん ヨーグルト だし汁
	おやつ	おにぎり (青のり) りんご (おろし)			米 青のり粉 りんご
19 (土)	昼食	あんかけ丼 かぼちゃの甘煮 バナナスライス かつおだし汁	あんかけ丼 かぼちゃの甘煮 バナナスライス かつおだし汁	おかゆ 白菜・にんじんペースト かぼちゃペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 はくさい にんじん かぼちゃ バナナ かつおだし汁
	おやつ	しらす粥 みかん			米 しらす にんじん みかん
21 (月)	昼食	みそ煮込みうどん 豆腐の野菜あんかけ さつまいも	みそ煮込みうどん 豆腐の野菜あんかけ さつまいもマッシュ	おかゆ 野菜ペースト 豆腐のつぶし煮 さつまいもペースト	うどん (小麦) ささ身 にんじん だいこん ほうれんそう 豆腐 しらす干し たまねぎ さつまいも
	おやつ	ひじき雑炊 りんご (おろし)			米 ひじき にんじん りんご
22 (火)	昼食	おかゆ ポテトとじゃこの煮物 鶏肉と大根の煮物 かつおだし汁	おかゆ ポテトとじゃこの煮物 鶏肉と大根の煮物 かつおだし汁	おかゆ マッシュポテト にんじんペースト かつおだし汁	米 ジャがいも しらす干し あおのり 鶏肉 だいこん にんじん いんげん だし汁
	おやつ	一口おにぎり (わかめ) くだもの			米 わかめ バナナ
24 (木)	昼食	そぼろあんかけ丼 マッシュポテト (にんじん) トマトスープ みかん	そぼろあんかけ丼 マッシュポテト (にんじん) トマトスープ みかん	おかゆ にんじんペースト マッシュポテトとトマトペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん ジャがいも にんじん トマト 玉ねぎ だし汁 みかん
	おやつ	野菜雑炊 りんご (おろし)			米 ほうれんそう にんじん りんご
25 (金)	昼食	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 ひじきと野菜の煮物 アーサ汁	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 野菜の煮物 アーサ汁	おかゆ 豆腐と青菜のペースト 野菜ペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 豆腐 ほうれんそう ひじき キャベツ にんじん あおさ だし汁
	おやつ	さつまいもボール バナナ			さつまいも きなこ バナナ
26 (土)	昼食	おかゆ 魚とかぼちゃの煮物 おでん風みそ煮 みそ汁 (玉ねぎ・わかめ)	おかゆ 魚とかぼちゃの煮物 おでん風みそ煮 みそ汁 (玉ねぎ・わかめ)	おかゆ 白身魚とかぼちゃのペースト 大根・にんじんペースト かつおだし汁	米 キング かぼちゃ 鶏肉 豆腐 だいこん にんじん たまねぎ わかめ
	おやつ	わかめ粥 くだもの			米 わかめ みかん
28 (月)	昼食	おかゆ 白身魚のコーンクリーム煮 いり豆腐煮 みそ汁 (はくさい)	おかゆ 白身魚のコーンクリーム煮 いり豆腐煮 みそ汁 (はくさい)	おかゆ 白身魚のコーンクリームペースト ほうれん草ペースト かつおだし汁	米 キング たまねぎ にんじん クリームコーン 豆腐 ほうれんそう にんじん 白菜 だし汁
	おやつ	きなこトースト トマトスープ			食パン バター グラニュー糖 きな粉 脱脂粉乳 はくさい たまねぎ トマト
29 (火)	昼食	食パン マカロニのトマト煮 キャベツのツナ煮 わかめスープ	おかゆ マカロニのトマト煮 キャベツのツナ煮 わかめスープ	おかゆ さつまいもペースト キャベツ・にんじんペースト かつおだし汁	食パン 米 マカロニ 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん ピーマン トマト キャベツ にんじん ツナ缶 わかめ だし汁
	おやつ	さつまいも粥 バナナ			米 さつまいも バナナ
30 (水)	昼食	おかゆ 白菜の豆乳煮 大根とポテトの煮物 かつおだし汁	おかゆ 白菜の豆乳煮 大根とポテトの煮物 かつおだし汁	おかゆ 野菜ペースト 大根とポテトのペースト かつおだし汁	米 はくさい にんじん たまねぎ フロッコリー だし汁 豆乳 だいこん ジャがいも いんげん だし汁
	おやつ	一口おにぎり (しらす) ももピューレ			米 しらす にんじん もも缶

※ 児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することがあります。