



11月 幼児食献立表



一般社団法人希福社会 ママサポート

日付	午前おやつ	献立名	午後おやつ	材料名 (○はおやつ材料)		
				血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの
1月	保育乳	ごはん 豚肉のスタミナ焼き ひじきの和え物 大根のみそ汁	ココア蒸しケーキ バナナ	牛乳、豚肉、ひじき、みそ、○ピュアココア、○卵、○牛乳	米、油、ごま油、三温糖、○ホットケーキ粉、○三温糖、○油	にんじん、たまねぎ、ごぼう、コーン缶、だいこん、こまつな、ねぎ、○バナナ
2火	保育乳	麦ごはん 白身魚のタルタル焼き 切り干し大根のナムル じゃがいもスープ	青菜シラスおにぎり	牛乳、白身魚、ツナ缶、絹ごし豆腐、○しらす干し、○ごま	米、押麦、マヨネーズ、油、三温糖、ごま油、じゃがいも、○米	たまねぎ、パセリ粉、切り干しだいこん、にんじん、ねぎ、○大根葉ふりかけ
3水		みそすき丼 コーンスープ	ビスコ バナナ 豆乳	調製豆乳、豚肉、木綿豆腐、みそ、卵	米、しらたき、三温糖、片栗粉、	たまねぎ、にんじん、ごぼう、コーン缶、ねぎ、○バナナ
4木	保育乳	ごはん さけのクリーム煮 野菜スープ オレンジ	ヨーグルトスコーン パイン缶	牛乳、さけ、○ヨーグルト	米、じゃがいも、小麦粉、油、○強力粉、○無塩バター、○三温糖	たまねぎ、にんじん、しめじ、こまつな、コーン缶、キャベツ、パセリ粉、オレンジ、○パイン缶
5金	保育乳	あわごはん 鶏肉のオーロラ焼き 大根のツナサラダ 青菜のみそ汁	コーンフレーククッキー みかん缶	牛乳、鶏もも肉、ツナ缶、ごま、○牛乳	米、あわ、マヨネーズ、三温糖、○小麦粉、○無塩バター、○三温糖、○コーンフレーク	だいこん、にんじん、こまつな、しめじ、○みかん缶
6土		鶏肉の照り焼き丼 野菜春雨スープ	ジャムパン 豆乳	調製豆乳、鶏もも肉、きざみのり、ベーコン	米、片栗粉、○食パン	たまねぎ、にんじん、いんげん、だいこん、キャベツ、○いちごジャム
8月	豆乳	ごはん 豚のしょうが焼き ポテトサラダ 豆腐と白菜のスープ	マーマレードケーキ なし	調製豆乳、豚肉、ツナ缶、卵、絹ごし豆腐、○調整豆乳	米、油、三温糖、じゃがいも、マヨネーズ、○ホットケーキ粉、○三温糖、○無塩バター	たまねぎ、ピーマン、赤パプリカ、きゅうり、にんじん、ねぎ、はくさい、○マーマレード、○なし
9火	豆乳	麦ごはん 昆布納豆 白身魚の照り焼き おかか和え キャベツのみそ汁	セサミクッキー りんご	調製豆乳、ひきわり納豆、塩こんぶ、白身魚、花かつお、油揚げ、みそ、○卵、○ごま	米、押麦、三温糖、○小麦粉、○無塩バター、○三温糖	キャベツ、こまつな、にんじん、もやし、○りんご
10水	豆乳	野菜ミートスパゲッティ コンソメスープ 黄桃	塩昆布おにぎり	調製豆乳、豚ひき肉、ベーコン、○塩昆布、○ごま	スパゲッティ、三温糖、○米	たまねぎ、にんじん、しめじ、キャベツ、ほうれんそう、コーン缶、もも缶
11木	豆乳	ごはん さけのムニエル 春雨チャンプルー アーサのみそ汁	かぼちゃスコーン みかん缶	調製豆乳、さけ、きくらげ、豚肉、あおさ、絹ごし豆腐、みそ、○ヨーグルト	米、小麦粉、無塩バター、はるさめ、油、○強力粉、○無塩バター、○三温糖	にんじん、たまねぎ、キャベツ、赤パプリカ、ねぎ、○かぼちゃ、○みかん缶
12金	豆乳	あわごはん チキンのレモン和え ジャーマンポテト 野菜スープ	手作りちんすこう パイン缶	調製豆乳、鶏もも肉、ベーコン	米、あわ、片栗粉、油、三温糖、じゃがいも、○小麦粉、○三温糖、○油	レモン果汁、たまねぎ、にんじん、ピーマン、こまつな、キャベツ、○パイン缶
13土		親子どんぶり キャベツスープ	ホットケーキ 豆乳	調製豆乳、鶏もも肉、卵、絹ごし豆腐、○調製豆乳	米、片栗粉、三温糖、○ホットケーキ粉、○三温糖、○油	たまねぎ、にんじん、干しいたけ、キャベツ、コーン缶、パセリ粉
15月	保育乳	肉わかめうどん ちくわのいそべ揚げ こまつなごま和え	鮭青菜おにぎり	牛乳、カットわかめ、豚肉、ちくわ、あおのり、すりごま	ゆでうどん、三温糖、小麦粉、油、○米	ねぎ、キャベツ、こまつな、にんじん、○鮭青菜ふりかけ
16火	保育乳	麦ごはん 白身魚のごまマヨ焼き 麩チャンプルー 豆腐スープ	オートミールクッキー かき	牛乳、白身魚、絹ごし豆腐、カットわかめ、みそ、ごま、○卵、○牛乳	米、押麦、マヨネーズ、焼ふ、油、○小麦粉、○無塩バター、○三温糖、○オートミール、	キャベツ、こまつな、たまねぎ、にんじん、○かき
17水	保育乳	ごはん そぼろ肉じゃが(カレー) キャベツのツナサラダ もずくスープ	マドレーヌ オレンジ	牛乳、豚ひき肉、ツナ缶、もずく、○卵、○牛乳	米、じゃがいも、三温糖、○ホットケーキ粉、○無塩バター、○三温糖	たまねぎ、にんじん、キャベツ、ねぎ、○オレンジ
18木	保育乳	ごはん さけのタンドリー風 グリーンサラダ さつまいものみそ汁	ジャムスコーン パイン缶	牛乳、さけ、ヨーグルト、みそ、○ヨーグルト	米、パン粉、さつまいも、○強力粉、○無塩バター、○三温糖	こまつな、にんじん、きゅうり、コーン缶、ごぼう、ねぎ、○いちごジャム、○パイン缶
19金	保育乳	あわごはん 鶏肉のオーロラ焼き ビーンズサラダ 白菜スープ	バナナ蒸しケーキ りんご	牛乳、鶏もも肉、大豆水煮缶、ひじき、ツナ缶、絹ごし豆腐、○卵、○牛乳	米、あわ、マヨネーズ、三温糖、○ホットケーキ粉、○三温糖、○油	にんじん、コーン缶、はくさい、こまつな、○バナナ、○りんご
20土		🌸お弁当日🌸				
22月	豆乳	ごはん ポークチャップ かぼちゃサラダ しめじのみそ汁	きなこスコーン みかん缶	調製豆乳、豚肉、ハム、みそ、○きなこ、○ヨーグルト	米、じゃがいも、三温糖、マヨネーズ、○強力粉、○無塩バター、○三温糖	たまねぎ、トマト缶、かぼちゃ、にんじん、きゅうり、しめじ、こまつな、ねぎ、○みかん缶
23火		マーボー豆腐どんぶり 野菜春雨スープ	スティックパン 豆乳	調製豆乳、木綿豆腐、豚ひき肉、みそ	米、油、三温糖、片栗粉、はるさめ、○スティックパン	にんじん、ねぎ、干しいたけ、キャベツ、こまつな、コーン缶
24水	豆乳	チキンカレー コールスローサラダ ヨーグルト(みかん)	ツナマヨおにぎり	調製豆乳、鶏もも肉、ヨーグルト、ハム、○ツナ缶、○味付けのり	米、じゃがいも、三温糖、○米、○マヨネーズ	たまねぎ、にんじん、ピーマン、しめじ、みかん缶、キャベツ
25木	豆乳	ごはん さけのチーズ焼き きんぴらごぼう 白菜のみそ汁	じゃがいもクッキー なし	調製豆乳、さけ、チーズ、ちくわ、ごま、みそ、○調整豆乳	米、マヨネーズ、三温糖、ごま油、○小麦粉、○じゃがいも、○無塩バター、○三温糖	ごぼう、にんじん、はくさい、しめじ、ねぎ、○なし
26金	豆乳	ふりかけごはん キャロットスープ 鶏肉のマーマレード焼き ブロッコリーサラダ	チーズケーキ オレンジ	調製豆乳、鶏もも肉、大豆水煮缶、○クリームチーズ、○卵、○生クリーム	米、○小麦粉、○三温糖	鮭青菜ふりかけ、ブロッコリー、きゅうり、コーン缶、にんじん、たまねぎ、○オレンジ
27土		もずくどんぶり たまごスープ	わかめおにぎり	調製豆乳、豚ひき肉、もずく、卵	米、三温糖、片栗粉、○米	コーン缶、にんじん、赤パプリカ、しめじ、こまつな、○炊き込みわかめ
29月	保育乳	ごはん 白身魚のタルタル焼き 大豆とひじきの煮物 大根のみそ汁	さつまいもスコーン バナナ	牛乳、白身魚、ひじき、大豆水煮缶、みそ、○ヨーグルト、○黒ごま、	米、マヨネーズ、油、ごま油、三温糖、○さつまいも、○強力粉、○無塩バター、○三温糖	たまねぎ、パセリ粉、にんじん、だいこん、こまつな、ねぎ、○バナナ
30火	豆乳	麦ごはん 豚肉のスタミナ焼き 切り干し大根のナムル じゃがいもスープ	マーブルケーキ かき	牛乳、豚肉、ツナ缶、絹ごし豆腐、○卵、○牛乳、○ピュアココア	米、押麦、油、三温糖、ごま油、じゃがいも、○ホットケーキ粉、○無塩バター、○三温糖	たまねぎ、ごぼう、切り干しだいこん、にんじん、ねぎ、○かき

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります



11月離乳食こんだて表①

一般社団法人希福社 ママサポート

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃 (薄味・きざみ提供)	材料と体内での主なはたらき(☆は完了期のみ提供)		
						血や肉となる食物	力や熱となる食物	体の調子をよくする食物
1	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参大根青菜タマネギペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	7倍がゆ 豚肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん 豚肉のスタミナ焼き ひじきの和え物 大根のみそ汁	ミルク、豆腐、 豚肉、☆ひじき、 ☆みそ、☆ ビュアココア、 ☆卵、☆牛乳	米、片栗粉、☆ 油、☆ごま油、 ☆三温糖、☆ ホットケーキ粉	にんじん、たまねぎ、ごぼ う、☆コーン缶、だいこん、 こまつな、ねぎ、バナナ
			ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク ココア蒸しケーキ バナナ			
2	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギジャガイモペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん 白身魚のタルタル焼き 切り干し大根のナムル じゃがいもスープ	ミルク、白身 魚、☆ツナ缶、 豆腐、☆しらす 干し、☆ごま	米、片栗粉、☆ マヨネーズ、☆ 油、☆三温糖、 ☆ごま油、じゃ がいも	たまねぎ、☆パセリ粉、切 干しだいこん、にんじん、 ねぎ、☆大根葉ふりかけ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 青菜シラスおにぎり			
3	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギブロッコリーペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	みそすき丼 コーンスープ	ミルク、豆腐、 豚肉、☆みそ、 ☆卵	米、片栗粉、☆ しらたき、☆三 温糖	たまねぎ、にんじん、ごぼ う、☆コーン缶、ねぎ、バ ナナ、ブロッコリー
			ミルク 赤ちゃんせんべい バナナ(きざみ)	ミルク 赤ちゃんせんべい バナナ(きざみ)	ミルク ビスコ バナナ			
4	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参青菜ジャガイモペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 さけの煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん 野菜スープ さけのクリーム煮 オレンジ	ミルク、白身 魚、さけ、☆ ヨーグルト	米、片栗粉、じゃ がいも、☆小麦 粉、☆油、☆強 力粉、☆無塩バ ター、☆三温糖	たまねぎ、にんじん、☆し めじ、こまつな、☆コーン 缶、キャベツ、☆パセリ 粉、☆オレンジ、☆パイン 缶
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク ヨーグルトスコーン パン缶			
5	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜大根ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付 け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん 鶏肉のオーロラ焼き 大根のツナサラダ 青菜のみそ汁	ミルク、豆腐、 鶏もも肉、☆ツ ナ缶、☆ごま、 ☆牛乳	米、片栗粉、☆ マヨネーズ、☆三 温糖、☆小麦 粉、☆無塩バ ター、☆コーン フレーク	だいこん、にんじん、こま つな、☆しめじ、☆みかん 缶
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク コーンフレーククッキー みかん缶			
6	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参大根タマネギキャベツペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付 け 野菜柔らか煮 スープ	鶏肉の照り焼き丼 野菜春雨スープ	ミルク、豆腐、 鶏もも肉、☆き ざみのり、☆ ベーコン	米、片栗粉、食 パン	たまねぎ、にんじん、いん げん、だいこん、キャベツ、 ☆いちごジャム
			ミルク 野菜がゆ スティック食パン	ミルク 野菜がゆ スティック食パン	ミルク ジャムパン			
8	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参白菜ジャガイモペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ごはん 豚のしょうが焼き ポテトサラダ 豆腐と白菜のスープ	ミルク、豆腐、 豚肉、☆ツナ 缶、☆卵、☆豆 乳	米、片栗粉、☆ 油、☆三温糖、 じゃがいも、☆マ ヨネーズ、☆ホ ットケーキ粉、☆無 塩バター	たまねぎ、ピーマン、赤パ プリカ、きゅうり、にんじ ん、ねぎ、はくさい、☆マ マレード、☆なし
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク マーマレードケーキ なし			
9	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参青菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん 昆布納豆 白身魚の照り焼き おかか和え キャベツのみそ汁	ミルク、白身魚、 ☆ひきわり納豆、 ☆塩昆布、☆花 かつお、☆油揚 げ、☆みそ、☆ 卵、☆ごま	米、片栗粉、☆ 三温糖、☆小 麦粉、☆無塩 バター	キャベツ、こまつな、にんじ ん、もやし、りんご
			ミルク 野菜がゆ りんご(コンポート)	ミルク 野菜がゆ りんご(コンポート)	ミルク セサミクッキー りんご			
10	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜タマネギキャベツペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ 煮 野菜柔らか煮 スープ	野菜ミートスパゲッティ コンソメスープ 黄桃	ミルク、豆腐、 豚ひき肉、☆塩 ベーコン、☆塩 昆布、☆ごま	米、☆スパゲッ ティ、☆三温糖	たまねぎ、にんじん、キャ ベツ、☆しめじ、ほうれん そう、☆コーン缶、☆もも 缶
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 塩昆布おにぎり			
11	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギキャベツペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 さけの煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん さけのムニエル 春雨チンブルー アサのみそ汁	ミルク、白身 魚、さけ、豚 肉、☆きくらげ、 ☆あおさ、☆豆 腐、☆みそ、☆ ヨーグルト	米、片栗粉、☆ 小麦粉、☆無 塩バター、☆は るさめ、☆油、 ☆三温糖、☆ 強力粉	キャベツ、たまねぎ、赤パ プリカ、にんじん、きゅう り、ねぎ、かぼちゃ、ブロッ コリー、☆みかん缶
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク かぼちゃスコーン みかん缶			
12	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギジャガイモペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付 け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん チキンのレモン和え ジャーマンポテト 野菜スープ	ミルク、豆腐、 鶏もも肉、☆ ベーコン	米、片栗粉、☆ 三温糖、じゃが いも、☆小麦 粉、☆油	☆レモン果汁、たまねぎ、 にんじん、ピーマン、こま つな、キャベツ、☆パイン 缶
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 手作りちんすこう パン缶			
13	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギキャベツペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付 け 野菜柔らか煮 スープ	親子どんぶり キャベツスープ	ミルク、豆腐、 鶏もも肉、☆ 卵、☆豆乳	米、片栗粉、☆ ホットケーキ 粉、☆三温糖、 ☆油	たまねぎ、にんじん、☆干 しいたけ、キャベツ、☆ コーン缶、☆パセリ粉
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク ホットケーキ			
15	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	肉わかめうどん ちくわのいそべ揚げ こまつなごま和え	ミルク、豆腐、 豚肉、☆カット わかめ、☆ちく わ、☆あおの り、☆すりごま	米、☆ゆでう どん、☆三温糖、 ☆小麦粉、☆ 油	ねぎ、キャベツ、こまつな、 にんじん、☆鮭青菜ふりか け
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 鮭青菜おにぎり			

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます
☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります



※15日以降は裏面



11月離乳食こんだて表②



一般社団法人希福社 ママサポート

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃 (薄味・きざみ提供)	材料と体内での主なはたらき(☆は完了期のみ提供)		
						血や肉となる食物	力や熱となる食物	体の調子をよくする食物
16	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参青菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ一軟飯 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん 白身魚のごまマヨ焼き 麩チンブルー 豆腐スープ	ミルク、白身魚、豆腐、☆カットわかめ、☆みそ、☆ごま、☆卵、☆牛乳	米、片栗粉、☆マヨネーズ、☆焼ふ、☆油、☆小麦粉、☆無塩バター、☆三温糖、☆オートミール	キャベツ、こまつな、たまねぎ、にんじん、☆かき
17	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギジャガイモペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ一軟飯 そぼろ豆腐煮 野菜柔らか煮 スープ	ごはん そぼろ肉じゃが(カレー) キャベツのツナサラダ もずくスープ	ミルク、豆腐、☆豚ひき肉、☆ツナ缶、☆もずく、☆卵、☆牛乳	米、片栗粉、☆マヨネーズ、☆三温糖、☆ホットケーキ粉、☆無塩バター	たまねぎ、にんじん、キャベツ、ねぎ、☆オレンジ
18	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参青菜サツマイモペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ一軟飯 さけの煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん さけのタンドリー風 グリーンサラダ さつまいものみそ汁	ミルク、白身魚、さけ、☆ヨーグルト、☆みそ	米、片栗粉、☆パン粉、さつまいも、☆強力粉、☆無塩バター、☆三温糖	こまつな、にんじん、きゅうり、☆コーン缶、ごぼう、ねぎ、☆いちごジャム、☆パン缶
19	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参白菜青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ一軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん 鶏肉のオーロラ焼き ビーンズサラダ 白菜スープ	ミルク、豆腐、鶏もも肉、☆大豆水煮缶、☆ひじき、☆ツナ缶、☆卵、☆牛乳	米、片栗粉、☆マヨネーズ、☆三温糖、☆ホットケーキ粉、☆油	にんじん、☆コーン缶、はくさい、こまつな、バナナ、りんご
20	土	☺ お弁当日 ☺	☺ お弁当日 ☺	☺ お弁当日 ☺	☺ お弁当日 ☺			
22	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参ジャガイモホウチャクペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ一軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ごはん ポークチャップ かぼちゃサラダ しめじのみそ汁	ミルク、豆腐、☆豚肉、☆ハム、☆みそ、☆きなこと、☆ヨーグルト	米、片栗粉、じゃがいも、☆三温糖、☆マヨネーズ、☆強力粉、☆無塩バター	たまねぎ、☆トマト缶、かぼちゃ、にんじん、きゅうり、☆しめじ、こまつな、ねぎ、☆みかん缶
23	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ一軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	マーボー豆腐どんぶり 野菜春雨スープ	ミルク、豆腐、豚ひき肉、☆みそ	米、片栗粉、☆油、☆三温糖、☆はるさめ、☆スティックパン	にんじん、ねぎ、☆干しいたけ、キャベツ、こまつな、☆コーン缶
24	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参キャベツタマネギペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ一軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	チキンカレー コールスローサラダ ヨーグルト(みかん)	ミルク、豆腐、鶏もも肉、☆ヨーグルト、☆ハム、☆ツナ缶、☆味付けのり	米、片栗粉、じゃがいも、☆三温糖、☆マヨネーズ	たまねぎ、にんじん、ピーマン、☆しめじ、☆みかん缶、キャベツ
25	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参白菜70ccペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ一軟飯 さけの煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん さけのチーズ焼き きんぴらごぼう 白菜のみそ汁	ミルク、白身魚、さけ、☆チーズ、☆ちくわ、☆ごま、☆みそ、☆豆乳	米、片栗粉、☆マヨネーズ、☆三温糖、☆ごま油、☆小麦粉、☆じゃがいも、☆無塩バター	ごぼう、にんじん、はくさい、☆しめじ、ねぎ、☆なし、ブロッコリー
26	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ70ccペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ一軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ふりかけごはん 鶏肉のマー マレード焼き ブロッコリーサ ラダ キャロットスープ	ミルク、豆腐、鶏もも肉、☆大豆水煮缶、☆クリームチーズ、☆卵、☆生クリーム	米、片栗粉、☆小麦粉、☆三温糖	☆鮭青菜ふりかけ、ブロッコリー、きゅうり、☆コーン缶、にんじん、たまねぎ、☆オレンジ
27	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜ホウチャクペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ一軟飯 そぼろ豆腐煮 野菜柔らか煮 スープ	もずくどんぶり たまごスープ	ミルク、豆腐、豚ひき肉、☆もずく、☆卵	米、片栗粉、☆三温糖	☆コーン缶、にんじん、赤パプリカ、☆しめじ、こまつな、☆炊き込みわかめ、かぼちゃ
29	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参大根青菜タマネギペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ一軟飯 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん 白身魚のタルタル焼き 白身魚、☆ひじき、☆みそ、☆ヨーグルト、☆黒ごま	ミルク、豆腐、白身魚、☆ひじき、☆みそ、☆ヨーグルト、☆黒ごま	米、片栗粉、☆油、☆マヨネーズ、☆ごま油、さつまいも、☆強力粉、☆無塩バター	たまねぎ、☆バセリ粉、にんじん、だいこん、こまつな、ねぎ、バナナ
30	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ70ccペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ一軟飯 豚肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん 豚肉のスタミナ焼き 切り干し大根のナムル じゃがいもスープ	ミルク、豚肉、☆ツナ缶、豆腐、☆卵、☆牛乳、☆ビュアココア	米、片栗粉、☆油、☆三温糖、☆ごま油、じゃがいも、☆三温糖、☆ホットケーキ粉、☆無塩バター	たまねぎ、ごぼう、☆切り干しだいこん、にんじん、ねぎ、☆かき、ブロッコリー

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます
☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります

