



平成 30 年 11 月 離乳食献立予定表



社会福祉法人 国立保育会 きたひだまり保育園

		午前食			午後食		
日付		中期食7~8ヶ月頃	後期食9~11ヶ月頃	材料	中期食7~8ヶ月頃	後期食9~11ヶ月頃	材料
1 15	木	お粥 豆腐の味噌汁 カレイの塩焼き 大根と人参の煮物	軟飯 豆腐の味噌汁 カレイの塩焼き 大根と人参の煮物	米 豆腐 玉葱 ほうれん草 だし 味噌 カレイ 塩 大根 人参 だし 醤油	納豆粥 かぶのすまし汁 ブロッコリーのひき肉あんかけ	納豆軟飯 かぶのすまし汁 ブロッコリーのひき肉あんかけ	米 納豆 かぶ にんじん 小松菜 だし 塩 醤油 ブロッコリー 鶏ひき肉 だし 醤油 片栗粉
2 16	金	お粥 大豆とトマトのスープ 肉団子のミルク煮 キャベツときゅうりのサラダ	軟飯 大豆とトマトのスープ 肉団子のミルク煮 キャベツときゅうりのサラダ	米 大豆 トマト 玉葱 だし 塩 醤油 鶏ひき肉 玉葱 豆腐 バン粉 塩 豆乳 だし 片栗粉 キャベツ きゅうり 卵なしマヨネーズ	パン粥 かぼちゃのスープ 豆腐とツナの煮物 バナナ	食パン かぼちゃのスープ 豆腐とツナの煮物 バナナ	食パン かぼちゃ ほうれん草 玉葱 だし 塩 豆腐 ツナ缶 醤油 バナナ
5 19	月	青のり粥 じゃが芋の味噌汁 鶏挽肉のスティック焼き ほうれん草と人参のソテー	青のり軟飯 じゃが芋の味噌汁 鶏挽肉のスティック焼き ほうれん草と人参のソテー	米 青のり じゃが芋 玉葱 だし 味噌 鶏ひき肉 玉葱 豆腐 バン粉 塩 だし (片栗粉) ほうれん草 人参 だし 塩	お粥 お麩のすまし汁 カレイのマヨネーズソースがけ 小松菜とキャベツのおひたし	軟飯 お麩のすまし汁 カレイのマヨネーズソースがけ 小松菜とキャベツのおひたし	米 麩 人参 かぶ だし 塩 醤油 カレイ マヨネーズ だし 片栗粉 小松菜 キャベツ だし 醤油 鯉節
6 20	火	味噌煮込みうどん じゃが芋のチーズ煮 トマトときゅうりのサラダ	味噌煮込みうどん じゃが芋のチーズ煮 トマトときゅうりのサラダ	うどん 人参 大根 ほうれん草 だし 味噌 じゃが芋 だし 醤油 粉チーズ トマト きゅうり 塩	お粥 大根の味噌汁 豆腐の野菜あんかけ 煮りんご	軟飯 大根の味噌汁 豆腐の野菜あんかけ 煮りんご	米 大根 人参 だし 味噌 豆腐 キャベツ 人参 だし 塩 醤油 片栗粉 りんご 三温糖
7 21	水	お粥 白菜の味噌汁 豆腐と鶏ひき肉のケチャップ煮 ブロッコリーのチーズ煮	軟飯 白菜の味噌汁 豆腐と鶏ひき肉のケチャップ煮 ブロッコリーのチーズ煮	米 白菜 人参 小松菜 だし 味噌 豆腐 鶏ひき肉 だし ケチャップ 片栗粉 ブロッコリー 粉チーズ だし	パン粥 さつま芋のシチュー カレイと大豆の煮物 バナナ	食パン さつま芋のシチュー カレイと大豆の煮物 バナナ	食パン さつま芋 人参 玉葱 豆乳 塩 片栗粉 カレイ 大豆 ほうれん草 だし 醤油 三温糖 バナナ
8 22	木	お粥 かぶのスープ 肉団子の野菜あんかけ きゅうりの和え物	軟飯 かぶのスープ 肉団子の野菜あんかけ きゅうりの和え物	米 かぶ 人参 小松菜 だし 塩 醤油 鶏ひき肉 玉葱 だし バン粉 塩 キャベツ 人参 片栗粉 きゅうり 醤油 三温糖	ほうれん草粥 麩の味噌汁 カレイと野菜の煮物	ほうれん草軟飯 麩の味噌汁 カレイと野菜の煮物	米 ほうれん草 麩 白菜 人参 だし 味噌 カレイ かぶ キャベツ だし 醤油 三温糖
9 30	金	しらす粥 玉葱の味噌汁 カレイのケチャップ煮 大根と人参の煮物	しらす軟飯 玉葱の味噌汁 カレイのケチャップ煮 大根と人参の煮物	米 しらす 玉葱 人参 ほうれん草 だし 味噌 カレイ だし ケチャップ 片栗粉 大根 人参 だし 醤油	お粥 白菜のすまし汁 ツナと豆腐の煮物 煮りんご	軟飯 白菜のすまし汁 ツナと豆腐の煮物 煮りんご	米 白菜 人参 だし 塩 醤油 豆腐 ツナ 玉葱 だし 醤油 三温糖 りんご 三温糖
10 24	土	お粥 豆腐の味噌汁 カレイの照り焼き ほうれん草の和え物	軟飯 豆腐の味噌汁 カレイの照り焼き ほうれん草の和え物	米 豆腐 玉葱 だし 味噌 カレイ だし 醤油 三温糖 ほうれん草 人参 だし 醤油	お粥 かぶのすまし汁 ツナと野菜の煮物 人参の甘煮	軟飯 かぶのすまし汁 ツナと野菜の煮物 人参の甘煮	米 かぶ 小松菜 玉葱 だし 塩 醤油 ツナ じゃが芋 人参 だし 醤油 人参 だし 醤油 三温糖
12 26	月	お粥 さつま芋の味噌汁 豆腐と大根の煮物 キャベツのしらす和え	軟飯 さつま芋の味噌汁 豆腐と大根の煮物 キャベツのしらす和え	米 さつま芋 玉葱 だし 味噌 豆腐 大根 人参 だし 醤油 三温糖 キャベツ しらす 塩	お粥 お麩のすまし汁 カレイのおかか煮 納豆和え	軟飯 お麩のすまし汁 カレイのおかか煮 納豆和え	米 麩 人参 玉葱 だし 塩 醤油 カレイ だし 醤油 鯉節 ほうれん草 人参 納豆 だし 醤油
13 27	火	ひき肉うどん 炒り豆腐 さつま芋の甘煮	ひき肉うどん 炒り豆腐 さつま芋の甘煮	うどん ほうれん草 大根 鶏ひき肉 だし 塩 醤油 豆腐 キャベツ 人参 だし 醤油 さつま芋 三温糖	お粥 大根の味噌汁 カレイのチーズ煮 ブロッコリーとトマトの和え物	軟飯 大根の味噌汁 カレイのチーズ煮 ブロッコリーとトマトの和え物	米 大根 玉葱 小松菜 だし 味噌 カレイ だし 醤油 粉チーズ ブロッコリー トマト 醤油
14 28	水	お粥 かぼちゃの味噌汁 豆腐とじゃが芋の煮物 きゅうりのサラダ	軟飯 かぼちゃの味噌汁 豆腐とじゃが芋の煮物 きゅうりのサラダ	米 かぼちゃ かぶ ほうれん草 だし 味噌 豆腐 じゃが芋 人参 だし 醤油 三温糖 きゅうり 卵なしマヨネーズ	人参粥 小松菜のスープ 肉団子のミルク煮 バナナ	人参軟飯 小松菜のスープ 肉団子のミルク煮 バナナ	米 人参 小松菜 玉葱 だし 醤油 塩 鶏ひき肉 豆腐 玉葱 バン粉 だし 塩 豆乳 片栗粉 バナナ
17	土	お粥 じゃが芋の味噌汁 カレイの青のり煮 人参とかぶのココロ煮	軟飯 じゃが芋の味噌汁 カレイの青のり煮 人参とかぶのココロ煮	米 じゃが芋 玉葱 だし 味噌 カレイ だし 青のり 醤油 人参 かぶ だし 醤油	お粥 ブロッコリーのスープ 大豆とツナの煮物 かぼちゃの甘煮	軟飯 ブロッコリーのスープ 大豆とツナの煮物 かぼちゃの甘煮	米 ブロッコリー 人参 玉葱 だし 塩 醤油 大豆 ツナ 玉葱 だし 醤油 かぼちゃ 三温糖
29	木	ハヤシライス風 野菜スープ かぼちゃサラダ	ハヤシライス風 野菜スープ かぼちゃサラダ	米 玉葱 人参 鶏ひき肉 だし ケチャップ 片栗粉 キャベツ 人参 だし 塩 醤油 かぼちゃ きゅうり 卵なしマヨネーズ	お粥 しらすのとろみスープ 豆腐のトマト煮 ブロッコリーのおかか和え	軟飯 しらすのとろみスープ 豆腐のトマト煮 ブロッコリーのおかか和え	米 しらす 小松菜 玉葱 だし 醤油 片栗粉 豆腐 玉葱 だし トマト 醤油 ブロッコリー 鯉節 醤油