

離乳食予定献立表

NO.1

2014年  
11月



日	曜日	初期(5~6ヶ月頃)	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	完了期 午後おやつ
		ペースト状	舌でつぶせるかたさ	歯茎でつぶせるかたさ	歯茎でかめるかたさ	
1	土	やさい粥	やさい粥	ベビー焼きそば	焼きそば りんごカルゲン又はミルク	
4	火	しらす粥 にんじん煮 とろとろポテト	しらす粥 根菜煮 マッシュバナナ	納豆粥 レバー入マッシュポテト 胡瓜とわかめの和え物 角切りバナナ	納豆ご飯 ちむしんじ 胡瓜とわかめの酢の物 スライスバナナ	サターアングー パンダ乳又はミルク
5	水	おべんとう				プリン 麦茶又はミルク リッツクラッカー
6	木	なすのお粥 豆腐のすり流し かぼちゃ煮	なすのお粥 かぼちゃ豆腐 じゃがいも煮	豚肉野菜のチャップライス ポテトサラダ やさいスープ	南瓜となすのカレー 麩とえのきの清まし汁 グリーンサラダ スティックチーズ	ぜんざい なし
7	金	10倍粥 きゅうり豆腐 白菜煮	お粥 きゅうり豆腐 白菜のクリーム煮	全粥 煮込みハンバーグ 白菜サラダ コーンスープ	軟飯〜ご飯 ハンバーグ 白菜サラダ コーンスープ	ふかしいも パンダ乳又はミルク
8	土	にんじん粥	にんじん粥	ベビーチャーハン	チャーハン りんごカルゲン又はミルク	
10	月	椎茸の香り粥 豆腐のすり流し 大根のおろし煮	椎茸の香り粥 にんじん豆腐 だいこん煮	お粥 麻婆豆腐風煮 やさいスティック かき卵汁	軟飯〜ご飯 麻婆豆腐 大根サラダ かき卵汁 みかん	やきいも パンダ乳又はミルク
11	火	10倍粥 魚かぼちゃ煮 冬瓜煮	お粥 魚かぼちゃ煮 冬瓜煮	お粥 秋刀魚の煮つけ 冬瓜スープ煮	軟飯〜ご飯 秋刀魚のかば焼き もずく和え 冬瓜カレー汁 パイ	シリアルクッキー トマト 麦茶又はミルク
12	水	10倍粥 青菜豆腐 にんじん煮	お粥 青菜豆腐 根菜煮	ひじきそうすい 炒り豆腐 ほうれん草の味噌汁 ぶどう	五目豆腐 炒り豆腐 ほうれん草の味噌汁 ぶどう	メロンパン パンダ乳又はミルク
13	木	10倍粥 魚とポテト煮 にんじん煮	お粥 魚とポテト煮 人参クリーム煮	お粥 鮭のほぐし煮 肉じゃが アーサ汁	軟飯〜ご飯 鮭のコーンマヨ焼き ピーマンの細切り炒め アーサ汁 オレンジ	いもドーナツ パンダ乳又はミルク
14	金	10倍粥 魚の人参おろし煮 かぼちゃ煮	コーン粥 魚の野菜あんかけ かぼちゃ煮	ロールパン 魚のコーンクリーム煮 コールスローサラダ かぼちゃのポタージュ	ロールパン 魚の黄金焼き コールスローサラダ かぼちゃのポタージュ	わかめおにぎり 麦茶又はミルク
15	土	にんじん粥	にんじん粥	ひじきそうすい	じゅーしー おツ ュー又はミルク	
17	月	10倍粥 青菜豆腐 にんじん煮	お粥 豆腐の野菜あん きゅうり煮	ひじきそうすい ゆし豆腐 青菜サラダ 角切りバナナ	もずく丼 ゆし豆腐 青菜のごまサラダ スライスバナナ	さつまいもポーロ パンダ乳又はミルク スティックセロリ
18	火	10倍粥 魚とキャベツ煮 みかん	お粥 魚の野菜あんかけ なすのすまし汁 みかん	お粥 鮭のほぐし煮 野菜煮 なすの味噌汁 みかん	軟飯〜ご飯 鮭のピリッとジャン 野菜炒め なすの味噌汁 みかん	ミレービスケット パンダ乳又はミルク
19	水	10倍粥 豆腐のすり流し かぼちゃ煮	お粥 きゅうり豆腐 かぼちゃ煮	お粥 肉豆腐煮 かぼちゃサラダ 青梗菜のすまし汁	軟飯〜ご飯 鶏の塩麹焼き かぼちゃサラダ すまし汁 スライスバナナ	りんごと栗の蒸ケーキ パンダ乳又はミルク

日	曜日	初期（5～6ヶ月頃）	中期（7～8ヶ月頃）	後期（9～11ヶ月頃）	完了期（12～18ヶ月頃）	完了期 午後おやつ
		ペースト状	舌でつぶせるかたさ	歯茎でつぶせるかたさ	歯茎でかめるかたさ	
20	木	10倍粥 魚とにんじん煮 たまねぎ煮	お粥 魚とにんじん煮 たまねぎ煮	お粥 魚の黄身焼き 人参しりしりー 豆腐の味噌汁	軟飯～ご飯 魚のフライ 人参しりしりー 豆腐の味噌汁	もずくパン パンダ乳又はミルク ブルー
21	金	10倍粥 青菜豆腐 にんじん煮	お粥 青菜豆腐 根菜煮	沖縄そば 豆腐野菜煮	沖縄そば 白和えサラダ 固形ヨーグルト	おにぎり 麦茶又はミルク
22	土	にんじん粥	にんじん粥	さかなそぼろ粥	さかなそぼろご飯 豆乳又はミルク	
25	火	キャベツ粥 豆腐のすり流し トマトピューレ	キャベツ粥 豆腐のトマトあかけ マッシュバナナ	トマトチーズ粥 キャベツ煮 豆苗スープ 角切りバナナ	タコライス ゆでとうもろこし 豆苗スープ スライスバナナ	ふかしもち 麦茶又はミルク
26	水	10倍粥 しらす野菜煮 とろとろポテト	お粥 しらす青菜煮 根菜煮	お粥 さばの煮つけ ほうれん草和え じゃがいもの味噌汁	軟飯～ご飯 魚の有馬焼き ほうれん草のごま和え じゃがいもの味噌汁	ミレービスケット パンダ乳又はミルク かき
27	木	10倍粥 豆腐キャベツ煮 にんじん煮	お粥 豆腐野菜あかけ とろとろそうめん	お粥 ひじき煮卵とし 野菜煮 そうめん汁	軟飯～ご飯 松風焼 からし菜炒め そうめん汁 黄桃	クラッカーサンド 豆乳又はミルク
28	金	トマト粥 豆腐のすり流し 大根おろし煮	トマト粥 にんじん豆腐 だいこん煮	スパゲティミートソース 大根サラダ オニオンスープ 角切りバナナ	スパゲティミートソース 大根サラダ オニオンスープ スライスバナナ	鮭おにぎり 麦茶又はミルク
29	土	にんじん粥	にんじん粥	鶏そうすい	きのこご飯	

※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もあります。

2014 年  
11 月

No.1

日	曜日	食 材			
		ペースト状	舌でつぶせるかたさ	歯茎でつぶせるかたさ	歯茎でかめるかたさ
1	土	精白米 人参 キャベツ	精白米 キャベツ 人参 玉葱	中華麺 豚もも肉 人参 キャベツ 玉葱 ピーマン 青のり	中華麺 豚もも肉 人参 キャベツ 玉葱 ピーマン 青のり 焼きそばソース 油 りんごカルゲン
4	火	精白米 しらす 人参 じゃが芋	精白米 しらす じゃが芋 人参 バナナ	精白米 納豆 じゃが芋 豚レバー 胡瓜 もやし わかめ 人参 バナナ	精白米 納豆 海苔佃煮 豚レバー にんにく じゃが芋 人参 玉葱 味噌 ねぎ 胡瓜 わかめ しらす もやし バナナ 薄力粉 卵 パンダ乳
5	水	おべんとう			プリン クラッカー
6	木	精白米 なす 豆腐 片栗粉 かぼちゃ	精白米 なす 豆腐 かぼちゃ じゃがいも	精白米 人参 なす 豚もも肉 ケチャップ じゃが芋 胡瓜 キャベツ 南瓜 玉葱	精白米 豚もも肉 じゃが芋 玉葱 油 なす 人参 南瓜 りんご 薄力粉 バター カレー粉 ケチャップ ウスターソース 麩 ねぎ えのき キャベツ ブロッコリー 胡瓜 ツナ チーズ 金時豆 押麦 黒糖 なし
7	金	精白米 豆腐 白菜 片栗粉	精白米 豆腐 胡瓜 白菜 玉葱 コーン	精白米 鶏挽肉 玉葱 片栗粉 卵 ケチャップ 白菜 胡瓜 みかん コーン パセリ	精白米 合挽肉 玉葱 油 パン粉 卵 ケチャップ ウスターソース 三温糖 白菜 かにかま 胡瓜 みかん コーン ベーコン 片栗粉 パセリ さつまいも パンダ乳
8	土	精白米 人参	精白米 人参	精白米 人参 長ネギ 卵	精白米 かにかま 長ネギ 卵 油 りんごカルゲン
10	月	精白米 椎茸(だし) 豆腐 片栗粉 大根	精白米 椎茸(だし) 豆腐 片栗粉 大根	精白米 豆腐 豚挽肉 椎茸 長ネギ 油 人参 味噌 片栗粉 胡瓜 大根 卵 みつ葉 三温糖	精白米 豚挽肉 豆腐 椎茸 人参 ピーマン にんにく 三温糖 片栗粉 麻婆豆腐の素 大根 胡瓜 ツナ ごま 卵 みつ葉 みかん さつまいも パンダ乳
11	火	精白米 赤魚 かぼちゃ 冬瓜 片栗粉	精白米 赤魚 かぼちゃ 人参 片栗粉 冬瓜	精白米 秋刀魚 片栗粉 冬瓜 人参 豚肩肉	精白米 秋刀魚 片栗粉 油 もすく 胡瓜 レモン 冬瓜 にんじん 豚肩ロース しめじ カレールウ パイン
12	水	精白米 豆腐 ほうれん草 人参	精白米 豆腐 ほうれん草 玉葱 人参	精白米 ひじき 油揚げ 人参 ねぎ 豆腐 鶏挽肉 玉葱 油 卵 ほうれん草 味噌 ぶどう	精白米 鶏もも肉 人参 油揚げ ひじき 筍 ねぎ 豆腐 鶏挽肉 椎茸 こんにゃく 人参 玉葱 枝豆 油 卵 ほうれん草 竹輪 味噌 ぶどう メロンパン パンダ乳
13	木	精白米 赤魚 じゃがいも 人参	精白米 赤魚 じゃがいも 人参 ミルク	精白米 鮭 片栗粉 じゃが芋 豚もも肉 人参 アーサ 豆腐 ねぎ	精白米 鮭 薄力粉 マヨネーズ コーン ピーマン 豚もも肉 人参 もやし じゃが芋 片栗粉 油 三温糖 オイスターソース アーサ 豆腐 ねぎ オレンジ さつま芋 ホットケーキ粉 卵 パンダ乳
14	金	精白米 ホキ 人参 かぼちゃ	精白米 コーン ホキ 人参 キャベツ 片栗粉 かぼちゃ	ロールパン ホキ コーン キャベツ 人参 南瓜 じゃが芋 玉葱 油 バター 精白米 牛乳	ロールパン ホキ 薄力粉 コーン 卵 チーズ パセリ キャベツ コーン 人参 マヨネーズ かぼちゃ じゃがいも 精白米 玉葱 バター 油 生クリーム わかめ しらす
15	土	精白米 人参	精白米 人参	精白米 ひじき 人参 ねぎ	精白米 豚もも肉 椎茸 ごぼう 人参 ねぎ オレンジジュース
17	月	精白米 豆腐 小松菜 人参	精白米 豆腐 人参 小松菜 片栗粉 胡瓜	精白米 ひじき 豚挽肉 人参 豆腐 ねぎ 味噌 小松菜 胡瓜 もやし バナナ	精白米 もすく 豚挽肉 ピーマン 卵 人参 生姜 豆腐 ねぎ 味噌 小松菜 胡瓜 もやし ハム ごま バナナ さつまいもポーロ パンダ乳 セロリ
18	火	精白米 ホキ キャベツ みかん	精白米 ホキ キャベツ 人参 片栗粉 なす みかん	精白米 鮭 片栗粉 キャベツ 春雨 人参 もやし なす 油揚げ 味噌 みかん	精白米 鮭 薄力粉 油 にんにく 生姜 ねぎ キャベツ 片栗粉 春雨 しめじ 人参 もやし 豚もも肉 なす 油揚げ ねぎ 味噌 みかん ビスケット パンダ乳
19	水	精白米 豆腐 片栗粉 南瓜	精白米 豆腐 胡瓜 南瓜	精白米 豆腐 豚挽肉 片栗粉 南瓜 マカロニ 胡瓜 マヨネーズ 青梗菜	精白米 鶏もも肉 塩麹 薄力粉 南瓜 マカロニ 胡瓜 ハム マヨネーズ 青梗菜 はんぺん バナナ バター 牛乳 卵 りんごジャム 甘露煮 パンダ乳

日	曜日	食 材			
		ペースト状	舌でつぶせるかたさ	歯茎でつぶせるかたさ	歯茎でかめるかたさ
20	木	精白米 ホキ 人参 玉葱	精白米 ホキ 人参 玉葱	精白米 ホキ 卵黄 人参 ピーマン 玉葱 豆腐 ねぎ わかめ 味噌	精白米 ホキ 薄力粉 卵 油 人参 ピーマン 玉葱 なめこ 豆腐 ねぎ 味噌 もずくパン パンダ乳 プルーン
21	金	精白米 豆腐 小松菜 人参	精白米 豆腐 小松菜 玉葱 人参	沖縄そば 人参 玉葱 ねぎ 豆腐 小松菜 油	沖縄そば 玉葱 人参 豆腐 胡瓜 小松菜 三温糖 固形ヨーグルト 精白米 青のり
22	土	精白米 人参	精白米 人参	精白米 人参 さば	精白米 さば 人参 ごぼう みつ葉 生姜 豆乳
25	火	精白米 キャベツ 豆腐 片栗粉 トマト	精白米 キャベツ 豆腐 トマト バナナ	精白米 トマト 鶏ささ身 チーズ キャベツ コーン 玉葱 豆苗 バナナ	精白米 合挽肉 玉葱 油 ケチャップ キャベツ トマト チーズ とうもろこし 豆苗 ベーコン しめじ バナナ
26	水	精白米 しらす ほうれん草 片栗粉 ジャガイモ	精白米 しらす ほうれん草 片栗粉 ジャガイモ	精白米 さば ほうれん草 胡瓜 しらす 人参 ジャガイモ わかめ ねぎ 味噌	精白米 さば 生姜 にんにく 油 ほうれん草 胡瓜 しらす もやし 人参 ねりごま 三温糖 ジャガイモ わかめ ねぎ 味噌 ビスケット パンダ乳 柿
27	木	精白米 豆腐 キャベツ 人参	精白米 豆腐 人参 キャベツ 片栗粉 そうめん	精白米 ひじき 人参 卵 からし菜 キャベツ もやし そうめん みつ葉	精白米 鶏挽肉 豆腐 玉葱 油 パン粉 卵 味噌 ごま からし菜 キャベツ もやし 人参 麩 ツナ そうめん しめじ みつ葉 黄桃 クラッカー クリームチーズ ジャム
28	金	精白米 トマト 豆腐 片栗粉 大根	精白米 トマト 豆腐 人参 大根	スパゲティ 合挽肉 豚レバー 玉葱 人参 トマト 大根 胡瓜 ごま 片栗粉 バナナ	スパゲティ 合挽肉 豚レバー 玉葱 人参 トマト ケチャップ にんにく バター 油 大根 胡瓜 ごま 田パセリ ベーコン 大豆 バナナ 精白米 鮭 からし菜
29	土	精白米 人参	精白米 人参	精白米 鶏もも肉 人参 しめじ	精白米 鶏もも肉 しめじ 椎茸 まいたけ 人参 みつ葉 飲むヨーグルト

※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もあります。