

2024年 11月 離乳食献立表		給与栄養目標量		今年度 初めての食材		なし	
		月齢	エネルギー				
		9~11ヶ月		325kcal			

日	曜	献立名	【中期】	材料名	献立名	【後期】	材料名	エネルギー(kcal)	
11	月	午前食 鶏肉と野菜のトマトスパゲッティ	スパゲッティ・鶏肉・トマト缶・玉ねぎ・キャベツ・ほうれん草・ホールコーン・塩・砂糖	豚肉の刻みトマトスパゲッティ グリーンサラダ	スパゲッティ・豚肉・トマト缶・玉ねぎ・しめじ・オリーブ油・醤油・塩 キャベツ・ほうれん草・ホールコーン・塩・醤油・オリーブ油	341	午後食 すまし汁(チンゲン菜・人参)	チンゲン菜・人参・だし・塩・醤油・片栗粉	すまし汁(チンゲン菜・人参) オレンジ
25		午後食		ココロいもち	じゃが芋・米粉・サラダ油・醤油				
12	火	午前食 高野豆腐と野菜のお粥	米・高野豆腐・玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・醤油	軟飯 厚揚げと野菜の煮物	米 厚揚げ・玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・醤油	332	午後食 ほうれん草と人参の煮物	ほうれん草・人参・砂糖・塩	彩り野菜の和え物
26		午後食	みぞ汁(大根・人参)	大根・人参・だし・味噌・片栗粉	豚汁		豚肉・大根・人参・だし・味噌		
13	水	午前食 お粥	米	軟飯	米	354	午後食 たらとひじきの煮物	たら・ひじき・大根・人参・だし・醤油・砂糖	ぶりとお根の煮物
27		午後食	みぞ汁(人参)	人参・だし・味噌・片栗粉	みぞ汁(もやし・人参)		もやし・人参・だし・味噌		
14	木	午前食 お粥	米	軟飯	米	335	午後食 鶏肉のミルク煮	鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・塩・粉ミルク	鶏肉のミルク煮
28		午後食	野菜の煮物	大根・人参・ほうれん草・醤油・砂糖	大根サラダ バナナ		大根・人参・ほうれん草・サラダ油・醤油・砂糖 バナナ		
1	金・月	午前食 野菜のケチャップ粥	米・じゃが芋・人参・玉ねぎ・ケチャップ・砂糖	ツナと野菜のケチャップ軟飯	米・ツナ缶・じゃが芋・人参・玉ねぎ・ケチャップ・砂糖	339	午後食 鶏肉の煮物	鶏肉・白菜・玉ねぎ・人参・砂糖・醤油	鶏肉の煮物
18		午後食		バナナホットケーキ	小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー・サラダ油・バナナ				
2	土	午前食 やわらか刻みうどん	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・塩・醤油	やわらか刻みうどん	うどん・豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・塩・醤油	273	午後食 かぶの和え物	かぶ・人参・しらす・砂糖・塩	かぶの和え物
16		午後食		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい				

※毎回、献立と材料を確認の上、圖で初めて食べることが無いようお願いいたします。  
 ※1種類の食材を3回以上食べてから保育園で提供できるようになります。  
 ※1日2食食べたら中期から、1日3食食べてから後期食、お家で補食が始まったら午後食の提供が保育園で可能となります。  
 ※行事や材料などの都合により変更することがございますのでご了承ください。  
 ※だしにはかつお節と昆布を使っています。  
 ※後期の材料に入っている牛乳は料理用であり、飲用ではありません。

日	曜	献立名	【中期】	材料名	献立名	【後期】	材料名	エネルギー(kcal)	
5	火	午前食 鶏肉と野菜のやわらかうどん	うどん・鶏肉・大根・人参・だし・醤油・砂糖	やわらかけんちんうどん	うどん・鶏肉・ごぼう・大根・人参・油揚げ・だし・醤油・砂糖	343	午後食 ほうれん草と人参の煮物	ほうれん草・人参・醤油・砂糖	ほうれん草のツナ和え
19		午後食		豆腐ホットケーキ	米粉・ベーキングパウダー・砂糖・サラダ油・豆腐				
6	水	午前食 野菜のお粥	米・白菜・人参・ホールコーン・塩・醤油	豚肉と野菜のあんかけ軟飯	米・豚肉・白菜・人参・しいたけ・塩・醤油・片栗粉	351	午後食 すまし汁(豆腐・わかめ)	豆腐・わかめ・だし・塩・醤油・片栗粉	春雨・人参・きゅうり・ホールコーン・砂糖・醤油
20		午後食		バナナ	バナナ				
7	木	午前食 高野豆腐と野菜のお粥	米・高野豆腐・玉ねぎ・人参・グリーンピース・だし・砂糖・醤油	軟飯 高野豆腐の煮物	米 高野豆腐・玉ねぎ・しめじ・人参・グリーンピース・だし・砂糖・醤油	330	午後食 和風マッシュポテト	じゃが芋・玉ねぎ・人参・だし・醤油	じゃが芋・玉ねぎ・人参・だし・醤油
21		午後食	みぞ汁(小松菜)	小松菜・だし・味噌・片栗粉	みぞ汁(小松菜・えのき)		小松菜・えのき・だし・味噌		
8	金	午前食 パン粥	食パン	軟飯	米	335	午後食 鶏肉とブロッコリーの煮物	鶏肉・ブロッコリー・人参・砂糖・醤油	鶏肉の煮物
22		午後食	かぼちゃのスープ	かぼちゃ・玉ねぎ・塩・砂糖	かぼちゃのスープ		かぼちゃ・玉ねぎ・塩・砂糖		
9	土	午前食 お粥	米	軟飯	米	330	午後食 鶏肉の煮物	鶏肉・玉ねぎ・砂糖・醤油	鶏肉の煮物
30		午後食	みぞ汁(いんげん・玉ねぎ)	さやいんげん・玉ねぎ・だし・味噌・片栗粉	みぞ汁(いんげん・玉ねぎ)		さやいんげん・玉ねぎ・だし・味噌		
誕生日	金	午前食 鶏肉とコーンのお粥	米・鶏肉・ホールコーン・人参・砂糖・醤油	彩り軟飯	米・しいたけ・人参・れんこん・ホールコーン・砂糖・醤油	347	午後食 すまし汁(ほうれん草・大根)	ほうれん草・大根・人参・だし・塩・醤油・片栗粉	すまし汁(ほうれん草・大根)
29		午後食		ホットケーキ	米粉・ベーキングパウダー・砂糖・サラダ油				
15	金	午前食 たらとかぼちゃの味噌煮	たら・かぼちゃ・だし・味噌・砂糖	小豆軟飯 / みかん	米・小豆・塩 / みかん	349	午後食 すまし汁(ほうれん草)	ほうれん草・だし・塩・醤油・片栗粉	さわらの味噌煮 かぼちゃの甘煮
15		午後食		ヨーグルト寒天	ヨーグルト・牛乳・砂糖・寒天				