



11月の離乳食予定献立表



日	曜日	中 期				後 期			
		午前	主な材料	午後	主な材料	午前	主な材料	午後	主な材料
1	土	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さつまいも チンゲンサイ	うどん	うどん・こまつな	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さつまいも・醤油・砂糖 チンゲンサイ・味噌	うどん	うどん・こまつな 醤油・砂糖
3	月	文化の日							
4	火	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・たまねぎ みずな	ブロッコリー煮	ブロッコリー	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・たまねぎ・醤油・砂糖 みずな・味噌	ブロッコリー煮	ブロッコリー 醤油・砂糖
5	水	お粥 煮物 スープ	米 かれい・だいこん はくさい	さつまいも粥	米・さつまいも	お粥 煮物 スープ	米 かれい・だいこん・醤油・砂糖 はくさい・味噌	さつまいも粥	米・さつまいも
6	木	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・きゅうり キャベツ	にんじん煮	にんじん	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・きゅうり・醤油・砂糖 キャベツ・味噌	にんじん煮	にんじん 醤油・砂糖
7	金	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも えのき	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも・醤油・砂糖 えのき・味噌	みかん	みかん
8	土	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ ほうれん草	和粥	米・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	和粥	米・かつお節
10	月	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー チンゲンサイ	磯粥	米・あおのり	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー・醤油・砂糖 チンゲンサイ・味噌	磯粥	米・あおのり
11	火	お粥 煮物 スープ	米 かれい・だいこん わかめ	さといも煮	さといも	お粥 煮物 スープ	米 かれい・だいこん・醤油・砂糖 わかめ・味噌	さといも煮	さといも 醤油・砂糖
12	水	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・きゅうり しめじ	しらす粥	米・しらす	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・きゅうり・醤油・砂糖 しめじ・味噌	しらす粥	米・しらす
13	木	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・じゃがいも こまつな	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・じゃがいも・醤油・砂糖 こまつな・味噌	みかん	みかん
14	金	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・たまねぎ キャベツ	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・たまねぎ・醤油・砂糖 キャベツ・味噌	きなこ粥	米・きなこ
15	土	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ チンゲンサイ	うどん	うどん・こまつな	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ・醤油・砂糖 チンゲンサイ・味噌	うどん	うどん・こまつな 醤油・砂糖

※中期は主に、みじん切りから粗みじんの状態で、食べやすくとロミをつける場合もあります。食材の持つ味や、だしのうま味で調理します。

※後期は主に、粗みじんから刻んだ状態で、食材によって軟らかく煮る場合もあります。3〜4倍程度薄めた味で調理します。

※食材の都合により、献立が変更になることがあります。





11月の離乳食予定献立表



日	曜日	中 期				後 期			
		午前	主な材料	午後	主な材料	午前	主な材料	午後	主な材料
17	月	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも わかめ	磯粥	米・あおのり	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも・醤油・砂糖 わかめ・味噌	磯粥	米・あおのり
18	火	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー はくさい	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー・醤油・砂糖 はくさい・味噌	みかん	みかん
19	水	お粥 煮物 スープ	米 かれい・にんじん みずな	かぼちゃ煮	かぼちゃ	お粥 煮物 スープ	米 かれい・にんじん・醤油・砂糖 みずな・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ 醤油・砂糖
20	木	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さつまいも ほうれん草	きな粉	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さつまいも・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	きな粉	米・きなこ
21	金	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぶ かぶの葉	パン粥	食パン・粉ミルク	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぶ・醤油・砂糖 かぶの葉・味噌	食パン（角切り）	食パン
22	土	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも なめこ	キャベツ粥	米・キャベツ かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも・醤油・砂糖 なめこ・味噌	キャベツ粥	米・キャベツ かつお節
24	月	振替休日							
25	火	お粥 煮物 スープ	米 かれい・かぼちゃ わかめ	さつまいも粥	米・さつまいも	お粥 煮物 スープ	米 かれい・かぼちゃ・醤油・砂糖 わかめ・味噌	さつまいも粥	米・さつまいも
26	水	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・さといも チンゲンサイ	うどん	うどん・こまつな	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・さといも・醤油・砂糖 チンゲンサイ・味噌	うどん	うどん・こまつな 醤油・砂糖
27	木	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん キャベツ	パン粥	食パン・粉ミルク	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん・醤油・砂糖 キャベツ・味噌	食パン（角切り）	食パン
28	金	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー しめじ	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー・醤油・砂糖 しめじ・味噌	みかん	みかん
29	土	バザー							

※中期は主に、みじん切りから粗みじんの状態で、食べやすくトロミをつける場合もあります。食材の持つ味や、だしのうま味で調理します。

※後期は主に、粗みじんから刻んだ状態で、食材によって軟らかく煮る場合もあります。3〜4倍程度薄めた味で調理します。

※食材の都合により、献立が変更になることがあります。



