



《11月 離乳食献立表》



日付	給食			午後間食
	5~6ヶ月ごろ	7~8ヶ月ごろ	9~11ヶ月ごろ	9~11ヶ月ごろ
1火	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (きゅうり、にんじん) 麩のスープ (麩、たまねぎ、こまつな)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、きゅうり、にんじん) 麩のスープ (麩、たまねぎ、こまつな)	全がゆ(米) 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉、大豆、切り干し大根、きゅうり、にんじん、 砂糖、しょうゆ) 麩の味噌汁 (麩、たまねぎ、こまつな、味噌)	かぼちゃ寒天 (かぼちゃ、砂糖、寒天)
2水	10倍がゆ(米) 白身魚と野菜のペースト (白身魚、さつまいも、にんじん) たまねぎのスープ (たまねぎ)	7倍がゆ(米) 白身魚と野菜のやわらか煮 (白身魚、さつまいも、にんじん) たまねぎのスープ (たまねぎ)	全がゆ(米) 鮭と野菜の煮物 (鮭、ひじき、さつまいも、にんじん、砂糖、しょうゆ) たまねぎとわかめの味噌汁 (たまねぎ、わかめ、味噌)	プレーン蒸しパン (小麦粉、砂糖、 ベーキングパウダー)
3	文化の日・木曜日			
4金	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (にんじん、こまつな) たまねぎのスープ (たまねぎ)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、にんじん、こまつな) たまねぎのスープ (たまねぎ)	全がゆ(米) 豚肉と野菜の味噌煮 (豚肉、にんじん、こまつな、砂糖、味噌) たまねぎのすまし汁 (たまねぎ、しょうゆ)	プレーンケーキ (小麦粉、砂糖、 ベーキングパウダー)
5土	うどんのくたくた煮 (うどん、キャベツ) 野菜のペースト (にんじん、こまつな)	鶏肉とキャベツのやわらかうどん (うどん、鶏肉、キャベツ) 野菜のやわらか煮 (にんじん、こまつな) ヨーグルト (ヨーグルト)	豚肉とキャベツの煮込みうどん (うどん、豚肉、キャベツ、しょうゆ) 野菜の煮物 (にんじん、こまつな、砂糖、しょうゆ) ヨーグルト (ヨーグルト、砂糖)	ひじき粥 (米、ひじき、味噌)
6	日曜日			
7月	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (たまねぎ、きゅうり) 野菜のスープ (じゃがいも、にんじん)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、たまねぎ、きゅうり) 野菜のスープ (じゃがいも、にんじん)	全がゆ(米) 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉、たまねぎ、きゅうり、砂糖、しょうゆ) 野菜のスープ (じゃがいも、にんじん、食塩)	きな粉クッキー (小麦粉、きな粉、砂糖、油、 ベーキングパウダー)
8火	にんじんがゆ(米) 野菜のペースト (ブロッコリー、たまねぎ) チンゲン菜のスープ (チンゲン菜)	にんじんがゆ(米) 野菜のやわらか煮 (ブロッコリー、たまねぎ) 鶏肉とチンゲン菜のスープ (鶏肉、チンゲン菜)	にんじんがゆ(米、にんじん) 豚肉と野菜の煮物 (豚肉、ひじき、ブロッコリー、たまねぎ、砂糖、しょうゆ) 鶏肉とチンゲン菜のスープ (鶏肉、チンゲン菜、食塩)	ふかし芋 (さつまいも、塩)
9水	10倍がゆ(米) 白身魚と野菜のペースト (白身魚、かぼちゃ、ほうれん草) にんじんのスープ (にんじん)	7倍がゆ(米) 白身魚と野菜のやわらか煮 (白身魚、かぼちゃ、ほうれん草) にんじんのスープ (にんじん)	全がゆ(米) 白身魚と野菜の煮物 (白身魚、かぼちゃ、ほうれん草、砂糖、しょうゆ) にんじんのすまし汁 (にんじん、しょうゆ)	ヨーグルト (ヨーグルト、砂糖)
10木	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (はくさい、にんじん、ほうれん草) 豆腐と野菜のスープ (豆腐、じゃがいも、たまねぎ)	7倍がゆ(米) 野菜のやわらか煮 (はくさい、にんじん、ほうれん草) 豆腐と野菜のスープ (豆腐、じゃがいも、たまねぎ)	全がゆ(米) 豚肉と野菜の煮物 (豚肉、はくさい、にんじん、ほうれん草、砂糖、しょうゆ) 豆腐と野菜の味噌汁 (豆腐、じゃがいも、たまねぎ、味噌)	プレーンケーキ (小麦粉、砂糖、 ベーキングパウダー)
11金	パンがゆ(食パン) 野菜のペースト (じゃがいも、にんじん、たまねぎ) 野菜のスープ (ブロッコリー、キャベツ) すりおろしりんご(りんご)	パンがゆ(食パン) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ) 野菜のスープ (ブロッコリー、キャベツ) りんごのコンポート(りんご)	スティックトースト(食パン) 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ) 野菜のスープ (ブロッコリー、キャベツ、食塩) スティックりんご(りんご)	おかか粥 (米、かつお節、しょうゆ)
12土	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (にんじん、たまねぎ) ブロッコリーのスープ (ブロッコリー)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、にんじん、たまねぎ) ブロッコリーのスープ (ブロッコリー)	全がゆ(米) 牛肉と野菜の煮物 (牛肉、にんじん、たまねぎ、ひじき、しょうゆ) ブロッコリーのスープ (ブロッコリー、食塩)	プレーンケーキ (小麦粉、砂糖、 ベーキングパウダー)
13	日曜日			
14月	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (たまねぎ、にんじん) 野菜のスープ (だいこん、きゅうり) バナナのペースト(バナナ)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、たまねぎ、にんじん) 野菜のスープ (だいこん、きゅうり) コロコロバナナ(バナナ)	全がゆ(米) 牛肉と野菜の煮物 (牛肉、たまねぎ、にんじん、砂糖、しょうゆ) 野菜のスープ (だいこん、きゅうり、食塩) スティックバナナ(バナナ)	味噌ポテト (じゃがいも、味噌、砂糖)
15火	うどんのくたくた煮 (うどん、白身魚、たまねぎ、にんじん) 野菜のペースト (かぼちゃ、キャベツ)	白身魚と野菜のやわらかうどん (うどん、白身魚、たまねぎ、にんじん) 野菜のやわらか煮 (かぼちゃ、キャベツ)	鮭と野菜の煮込みうどん (うどん、鮭、たまねぎ、にんじん、しょうゆ) 大豆と野菜の煮物 (大豆、かぼちゃ、ひじき、キャベツ、砂糖、しょうゆ)	わかめ粥 (米、わかめ、しょうゆ)

16 水	10倍がゆ(米) 白身魚と野菜のペースト (白身魚、にんじん、じゃがいも) たまねぎのスープ (たまねぎ)	7倍がゆ(米) 白身魚と野菜のやわらか煮 (白身魚、にんじん、じゃがいも) たまねぎのスープ (たまねぎ)	全がゆ(米) 白身魚と野菜の煮物 (白身魚、にんじん、じゃがいも、砂糖、しょうゆ) たまねぎとわかめの味噌汁 (たまねぎ、わかめ、味噌)	お麩ラスク (焼ふ、きな粉、砂糖)
17 木	10倍がゆ(米) 白身魚と野菜のペースト (白身魚、きゅうり、たまねぎ) こまつなのスープ (こまつな)	7倍がゆ(米) 白身魚と野菜のやわらか煮 (白身魚、きゅうり、たまねぎ) こまつなのスープ (こまつな)	全がゆ(米) 白身魚と野菜の煮物 (白身魚、きゅうり、たまねぎ、わかめ、砂糖、しょうゆ) こまつなの味噌汁 (こまつな、味噌)	プレーン蒸しパン (小麦粉、砂糖、 ベーキングパウダー)
18 金	さつまいもがゆ(米、さつまいも) 野菜のペースト (たまねぎ、はくさい) 野菜のスープ (だいこん、にんじん)	さつまいもがゆ(米、さつまいも) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、たまねぎ、はくさい) 野菜のスープ (だいこん、にんじん)	さつまいもがゆ(米、さつまいも) 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉、たまねぎ、はくさい、砂糖、しょうゆ) 野菜の味噌汁 (だいこん、にんじん、わかめ、味噌)	マカロニきなこ (マカロニ、きな粉、砂糖)
19 土	パンがゆ(食パン) 野菜のペースト (キャベツ、にんじん) たまねぎのスープ (たまねぎ)	パンがゆ(食パン) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、キャベツ、にんじん) たまねぎのスープ (たまねぎ)	スティックトースト(食パン) 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉、キャベツ、にんじん、しょうゆ) 大豆とたまねぎのスープ (大豆、たまねぎ、食塩)	キャベツのお焼き (キャベツ、小麦粉、食塩、 チーズ、ベーキングパウダー)
20	日曜日			
21 月	10倍がゆ(米) じゃがいもとたまねぎのペースト (じゃがいも、たまねぎ) 野菜のスープ (ブロッコリー、にんじん) すりおろしりんご(りんご)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、じゃがいも、たまねぎ) 野菜のスープ (ブロッコリー、にんじん) りんごのコンポート(りんご)	全がゆ(米) 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉、じゃがいも、たまねぎ、砂糖、しょうゆ) 野菜のスープ (ブロッコリー、にんじん、食塩) スティックりんご(りんご)	ヨーグルト (ヨーグルト、砂糖)
22 火	うどんのくたくた煮 (うどん、にんじん、チンゲン菜) 野菜のペースト (たまねぎ、じゃがいも)	鶏肉と野菜のやわらかうどん (うどん、鶏肉、にんじん、チンゲン菜) 野菜のやわらか煮 (たまねぎ、じゃがいも)	豚肉と野菜の味噌うどん (うどん、豚肉、にんじん、チンゲン菜、味噌) 野菜の煮物 (たまねぎ、じゃがいも)	チーズスティックトースト (食パン、チーズ)
23	勤労感謝の日・水曜日			
24 木	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (キャベツ、こまつな) 野菜のスープ (たまねぎ、にんじん)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、キャベツ、こまつな) 野菜のスープ (たまねぎ、にんじん)	全がゆ(米) 豚肉と野菜の煮物 (豚肉、キャベツ、こまつな、砂糖、しょうゆ) 野菜のすまし汁 (たまねぎ、わかめ、にんじん、食塩)	プレーンケーキ (小麦粉、砂糖、 ベーキングパウダー)
25 金	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (ブロッコリー、にんじん) たまねぎのスープ (たまねぎ)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、ブロッコリー、にんじん) たまねぎのスープ (たまねぎ)	全がゆ(米) 豚肉と野菜の煮物 (豚肉、ブロッコリー、にんじん、砂糖、しょうゆ) たまねぎのスープ (たまねぎ、食塩)	シュガースティックトースト (食パン、砂糖)
26 土	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (にんじん、キャベツ、きゅうり) 野菜のスープ (じゃがいも、たまねぎ)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、にんじん、キャベツ、きゅうり) 野菜のスープ (じゃがいも、たまねぎ)	全がゆ(米) 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉、にんじん、キャベツ、きゅうり、砂糖、しょうゆ) 大豆と野菜のスープ (じゃがいも、たまねぎ、食塩)	プレーンケーキ (小麦粉、砂糖、 ベーキングパウダー)
27	日曜日			
28 月	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (キャベツ、きゅうり、にんじん) たまねぎのスープ (たまねぎ)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、キャベツ、きゅうり、にんじん) たまねぎのスープ (たまねぎ)	全がゆ(米) 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉、キャベツ、きゅうり、にんじん、ひじき、砂糖、しょうゆ) たまねぎとわかめの味噌汁 (たまねぎ、わかめ、味噌)	かぼちゃとりんごのケーキ (小麦粉、砂糖、 ベーキングパウダー、 かぼちゃ、りんご)
29 火	10倍がゆ(米) 白身魚と野菜のペースト (白身魚、キャベツ、にんじん、じゃがい) 豆腐とほうれん草のスープ (豆腐、ほうれん草)	7倍がゆ(米) 白身魚と野菜のやわらか煮 (白身魚、キャベツ、にんじん、じゃがい) 豆腐とほうれん草のスープ (豆腐、ほうれん草)	全がゆ(米) 鮭と野菜の味噌煮 (鮭、キャベツ、にんじん、じゃがいも、砂糖、味噌) 豆腐とほうれん草のすまし汁 (豆腐、ほうれん草、しょうゆ)	プレーン蒸しパン (小麦粉、砂糖、 ベーキングパウダー)
30 水	パンがゆ(食パン) 野菜のペースト (ほうれん草、たまねぎ) にんじんのスープ (にんじん)	パンがゆ(食パン) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、ほうれん草、たまねぎ) にんじんのスープ (にんじん)	スティックトースト(食パン) 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉、ほうれん草、たまねぎ、砂糖、しょうゆ) にんじんのスープ (にんじん、食塩) スティック柿(柿)	おかか粥 (米、かつお節、しょうゆ)

※献立は離乳食一覧表をもとに作成しています。
 ※離乳食の内容や進行は、ご家庭と連携をとりながらできる限り個別に対応していきますので、新しいものを口にしたときなど変更があった際は担任、
 または栄養士までお知らせください。
 ※12～18ヶ月ごろ(完了期)の内容は基本的に幼児食の内容と変わりません。揚げ物や硬すぎる物のみ同じ食材で煮物にするなど
 12～18ヶ月ごろ(完了期)の子どもが食べられるように調理しております。詳しい食材については幼児食の献立表をご確認ください。
 離乳食献立表には変更した箇所のみ記載させていただきます。
 ※味覚の発達を考え、9～11ヶ月ごろ(後期)から徐々に薄い味付けを行っております。

*午後間食は9～11ヶ月ごろ
(後期)からの
提供を目安にしています。

