



# 11月 離乳食献立表

エンジェル保育園



日	曜	後期 (9~11か月)	完了期 (12~15か月)
		歯ぐきでつぶせる固さ 全がゆ~軟飯	歯ぐきで噛める固さ 軟飯~ご飯
1	月	煮魚 キャベツの煮浸し 豚汁 	白身魚のみみじ焼き ゆかり和え 豚汁 コロコロラスク
2	火	豆腐煮 ツナとキャベツの煮浸し わかめスープ	コロケ ツナサラダ わかめとコーンのスープ せんべい
4	木	すき焼き風煮 小松菜と納豆の煮浸し さつまいの味噌汁	すき焼き風煮 納豆あえ さつまいの味噌汁 ピザトースト
5	金	鶏のやわらか煮 さつまいサラダ 味噌汁	コーンフレークチキン スイートポテトサラダ きのこ汁 マーラーカオ
6	土	煮込みうどん バナナ	焼きそば バナナ 牛乳 赤ちゃんせんべい
8	月	マーボー豆腐 鶏と野菜のやわらか煮 ワンタンスープ 	マーボー豆腐 冷しゃぶサラダ ワンタンスープ スコーン
9	火	みぞ味焼肉風 ひじきのやわらか煮 かぶのスープ 	みぞ味焼肉風 五目ひじき かぶのスープ フルーツヨーグルト
10	水	豆腐のあんかけ 豚と野菜のやわらか煮 じゃがいもの味噌汁	ちくわの磯辺揚げ ゆで豚のポン酢和え じゃがいもの味噌汁 セサミクッキー
11	木	豚とりんごのやわらか煮 じゃがいも煮 ビーフンスープ 	豚肉のアップルソース ジャーマンポテト ビーフンスープ カステラ
12	金	肉じゃが スパゲティ煮 	肉じゃが スパゲティサラダ カルピスゼリー
13	土	味噌煮込みうどん りんご	味噌煮込みうどん りんご 牛乳 赤ちゃんせんべい
15	月	豚肉のコトコト煮 キャベツの煮浸し チンゲン菜とコーンのスー プ	豚のバーベキューソース 塩昆布サラダ チンゲン菜とコーンのスー プ ドーナッツ
16	火	煮込みハンバーグ 青菜の煮浸し さつまい汁	ハンバーグ 青菜の磯辺和え さつまい汁 柿

日	曜	後期 (9~11か月)	完了期 (12~15か月)
		歯ぐきでつぶせる固さ 全がゆ~軟飯	歯ぐきで噛める固さ 軟飯~ご飯
17	水	鶏のやわらか煮 キャベツの煮浸し 大根の味噌汁	鶏のから揚げ キャベツのゴママヨネーズ 大根の味噌汁 ジャムロールパン
18	木	白身魚の味噌煮 白菜のおかか煮 けんちん汁	白身魚の味噌煮 白菜のおかかあえ けんちん汁 ウエハース
19	金	筑前煮 春雨煮 麩の味噌汁	筑前煮 春雨サラダ 麩の味噌汁 りんごのパンケーキ
20	土	煮込みうどん オレンジ	肉味噌スパゲティ オレンジ 牛乳 赤ちゃんせんべい
22	月	煮魚 かぼちゃ煮 白菜の味噌汁 	白身魚の胡麻みそ焼き 南瓜サラダ 白菜の味噌汁 ちくわのおぎ焼き
24	水	豆腐のとほろ煮 フロッコリーの煮浸し 秋のシチュー	豆腐のミートグラタン フロッコリーサラダ 秋のシチュー おふかりんとう
25	木	鶏のやわらか煮 ツナとトマトのスパゲティ かぶの味噌汁	チキンカツ ツナとトマトのスパゲティ かぶの味噌汁 ごまケーキ
26	金	源助大根の味噌おでん もやしの煮浸し かきたま汁	源助大根の味噌おでん もやしのナムル かきたま汁 ゼリー
27	土	五目うどん バナナ 	五目うどん バナナ 牛乳 赤ちゃんせんべい
29	月	ふわふわたまご 根菜のやわらか煮 里芋の味噌汁	切干大根の卵焼き きんぴらごぼう 里芋の味噌汁 大学芋
30	火	鶏と厚揚げのみぞれ煮 ひじきのやわらか煮 うどん汁	鶏と厚揚げのみぞれ煮 ひじきサラダ うどん汁 ゆかりおにぎり

