

令和 3年

11月 離乳食献立

	曜	献立	材料
1	月	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・ほうれん草スープ ・豆腐のとろみ煮 ・かぼちゃの煮物 	米 ほうれん草、人参 豆腐、人参、キャベツ かぼちゃ
2	火	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・じゃがいもスープ ・白身魚の人参ソースがけ ・大根ときゅうりの和え物 	米 じゃがいも、人参、小松菜 白身魚、人参 大根、きゅうり
4	木	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・かぼちゃスープ ・ささみのほぐし煮 ・キャベツと人参の軟らか和え 	米 かぼちゃ、玉ねぎ ささみ キャベツ、人参
5	金	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・さつまいもスープ ・しらすのおやき ・マカロニサラダ風 	米 さつまいも、かぼちゃ、たまねぎ しらす、さつまいも、かぼちゃ マカロニ、人参、きゅうり
6	土	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・キャベツスープ ・白身魚のトマト煮 ・こふきいも 	米 キャベツ、人参、玉ねぎ 白身魚、トマト こふきいも
8	月	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・そうめん汁 ・ささみと小松菜のとろみ煮 ・スティック野菜 	米 そうめん(ほうれん草)、人参、キャベツ ささみ、小松菜 きゅうり、人参
9	火	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・白菜のトロトロスープ ・鮭のほぐし煮 ・茹で野菜 	米 白菜、玉ねぎ 鮭 キャベツ、人参
10	水	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・大根汁 ・ささみときゅうりのとろみ煮 ・人参の軟らか煮 	米 大根、玉ねぎ、じゃがいも ささみ、きゅうり 人参
11	木	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・かぼちゃスープ ・白身魚のほぐし和え ・キャベツの軟らか煮 	米 かぼちゃ、玉ねぎ、じゃがいも 白身魚、ほうれん草 キャベツ、人参
12	金	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・玉ねぎスープ ・おいものおやき ・きゅうりと人参の和え物 	米 玉ねぎ、人参 じゃがいも、さつまいも、しらす きゅうり、人参
13	土	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・キャベツスープ ・豆腐のトロトロ煮 ・人参の煮物 	米 キャベツ、玉ねぎ、 豆腐、人参、小松菜 人参
15	月	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・人参スープ ・ささみとほうれん草のパスタ ・茹でキャベツ 	米 人参、玉ねぎ ささみ、スパゲティ、ほうれん草 キャベツ
16	火	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・さつまいも汁 ・白身魚のポテトのせ ・スティック野菜 	米 さつまいも、玉ねぎ、人参 白身魚、じゃがいも 大根、人参
17	水	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・かぼちゃスープ ・麻婆豆腐風 ・きゅうりの軟らか煮 	米 かぼちゃ、玉ねぎ、人参 豆腐、しらす、玉ねぎ、人参 きゅうり

令和 3年

11月 離乳食献立

	曜	献立	材料
18	木	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・豆腐汁 ・ささみとさつまいものトロみ煮 ・人参とキャベツの和え物 	米 豆腐、玉ねぎ、人参 ささみ、さつまいも キャベツ、人参
19	金	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・人参スープ ・白身魚のかぼちゃ煮 ・白和え風 	米 人参、玉ねぎ 白身魚、かぼちゃ 豆腐、ほうれん草、人参
20	土	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・じゃがいもスープ ・白菜としらすの軟らか煮 ・スティック野菜 	米 じゃがいも、玉ねぎ しらす、白菜、小松菜 きゅうり、人参
22	月	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・チンゲン菜スープ ・豆腐の白菜あんかけ ・かぼちゃの煮物 	米 チンゲン菜、玉ねぎ、人参 豆腐、白菜、人参 かぼちゃ
24	水	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・豆腐汁 ・ささみの人参ソース煮 ・きゅうりの和え物 	米、さつまいも 豆腐、玉ねぎ ささみ、人参 きゅうり、人参
25	木	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・豆乳スープ ・鮭のほぐし煮 ・りんごドレッシング和え 	米 豆乳、じゃがいも、人参、ほうれん草 鮭 りんご、レタス、人参
26	金	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・じゃがいもスープ ・ささみの蒸し煮 ・かぼちゃとブロッコリーの和え物 	米 じゃがいも、玉ねぎ、人参 ささみ かぼちゃ、ブロッコリー
27	土	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・ほうれん草スープ ・白菜のそぼろあん ・マッシュさつまいも 	米 ほうれん草、、玉ねぎ 鶏ひき肉、白菜、人参 さつまいも
29	月	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・うどん汁 ・ささみとさつまいもの炊き合わせ ・ほうれん草の人参和え 	米 うどん、玉ねぎ、人参 ささみ、さつまいも ほうれん草、人参
30	火	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・マカロニスープ ・白身魚のほぐし煮 ・蒸し野菜 	米 マカロニ、玉ねぎ、人参 白身魚 白菜、キャベツ、人参