



11月 離乳食献立表



令和4年10月31日

莊原保育園

	3 回 食			3 回 食	
	献 立	材 料		献 立	材 料
11/1 (火)	軟飯又はお粥 八宝菜風煮 煮物 野菜スープ	米 豚ミンチ、白菜、玉ねぎ、人参 さつまいも、ブロッコリー キャベツ、人参、もやし	11/16 (水)	軟飯又はお粥 魚のちゃんちゃん焼き風 サラダ 野菜スープ	米 鮭、キャベツ、しめじ マカロニ、ブロッコリー、人参 大根、人参、いんげん
11/2 (水)	軟飯又はお粥 魚の味噌焼き コロコロサラダ 野菜スープ	米 鮭 じゃが芋、きゅうり、人参 キャベツ、さつまいも、しめじ	11/17 (木)	軟飯又はお粥 ササミの照り焼き お浸し 野菜スープ	米 鶏ササミ 青梗菜、人参 じゃが芋、かぶ、玉ねぎ
11/3 (木)	文化の日		11/18 (金)	軟飯又はお粥 おから入りつくね焼き コロコロサラダ 野菜スープ	米 鶏ミンチ、おから、じゃが芋、玉ねぎ 大根、人参、ブロッコリー トマト、じゃが芋、しめじ、玉ねぎ
11/4 (金)	軟飯又はお粥 魚のムニエル お浸し 野菜スープ	米 白身魚、小麦粉 小松菜、人参 さつまいも、玉ねぎ、大根	11/21 (月)	軟飯又はお粥 そばろ煮 和え物 野菜スープ	米 豚ミンチ、キャベツ、人参 青梗菜、もやし かぼちゃ、きゅうり、しめじ
11/7 (月)	軟飯又はお粥 ササミの青のり焼き サラダ 野菜スープ	米 鶏ササミ、青のり かぼちゃ、ブロッコリー 大根、人参、白菜	11/22 (火)	軟飯又はお粥 魚のおろし煮 納豆和え 野菜スープ	米 白身魚、大根 ほうれん草、人参、納豆 じゃが芋、キャベツ、玉ねぎ、人参
11/8 (火)	軟飯又はお粥 魚の照り焼き スティック煮 野菜スープ	米 鮭 人参、大根 ブロッコリー、白菜、玉ねぎ、トマト	11/23 (木)	勤労感謝の日	
11/9 (水)	軟飯又はお粥 そばろ煮 サラダ 石狩汁風	米 鶏ミンチ、じゃが芋 ブロッコリー、トマト、マカロニ 鮭、大根、人参、白菜	11/24 (木)	軟飯又はお粥 魚のコーンクリーム焼き サラダ 野菜スープ	米 白身魚、コーンクリーム キャベツ、人参、ブロッコリー かぼちゃ、大根、白菜
11/10 (木)	軟飯又はお粥 湯豆腐野菜あんかけ 野菜の納豆和え そうめん汁	米 豆腐、人参、ブロッコリー、片栗粉 白菜、ひじき、納豆 そうめん、玉ねぎ、さつまいも、人参	11/25 (金)	トースト 豆腐ハンバーグ ポテトサラダ 野菜スープ	プレーン食パン 合いびき肉、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 じゃが芋、きゅうり、トマト 白菜、人参、玉ねぎ、ブロッコリー
11/11 (金)	軟飯又はお粥 煮魚 お浸し 野菜スープ	米 白身魚 ほうれん草、人参、白菜 じゃが芋、大根、しめじ	11/28 (月)	軟飯又はお粥 魚の西京焼き 茹で野菜 野菜スープ	米 白身魚 人参、ブロッコリー、さつまいも 玉ねぎ、キャベツ、人参
11/14 (月)	軟飯又はお粥 魚の漬け焼き 和え物 野菜スープ	米 白身魚 青梗菜、人参、ひじき 白菜、大根、さつまいも	11/29 (火)	軟飯又はお粥 ササミの照り焼き ひじき煮 野菜スープ	米 鶏ササミ ひじき、人参、大根、きゅうり 小松菜、玉ねぎ、さつまいも
11/15 (火)	煮込みうどん 松風焼き風 サラダ	うどん、白菜、人参、玉ねぎ 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、青のり、片栗粉 キャベツ、人参、いんげん	11/30 (水)	軟飯又はお粥 魚の照り焼き お浸し 豆腐の汁	米 白身魚 ほうれん草、人参、もやし 豆腐、白菜、玉ねぎ、人参

- * 献立は都合により変更することがあります。
- * 保育園の離乳食には、おうちで食べられた食品のみを使用致します。
- * 少量の醤油、味噌、みりん、三温糖を使用する場合があります。

