

# 献立表

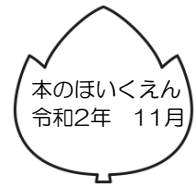
日付	午前おやつ	献立	午後おやつ	エネルギーたんぱく質脂質/塩分( )は未測定	材 料 名				行事
					◎は10時おやつ◎は午後おやつ				
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
01日	マカロニみたらん牛乳(午前)	ゆかりごはん ささみカツ さつまいもといんげんのごま和え きのこのすまし汁	星つこ牛乳(午後)	466.2(442.5) 21.6(21.6) 11.7(11.0) 0.7(0.9)	半つき米、さつまいも、薄力粉、パン粉、油、三温糖、◎片栗粉、◎三温糖、◎マカロニ	◎牛乳、鶏ささ身、木綿豆腐、卵、◎牛乳	いんげん、にんじん、たまねぎ、しめじ、しいたけ、えのきたけ、ごま	かつお・昆布だし汁、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、食塩、濃厚ソース、◎しょうゆ	
02月	ココア麩牛乳(午前)	ごはん デンジャオロース キラゲの中華サラダ 卵スープ	オレンジムース牛乳(午後)	500.0(460.1) 20.4(18.4) 15.8(15.9) 1.4(1.2)	半つき米、◎三温糖、はるさめ、三温糖、◎ま油、◎無塩バター、◎焼ふ、◎三温糖	◎牛乳、豚肉(もも)、◎豆乳、◎生クリーム、卵、ハム、◎ゼラチン、◎牛乳	たまねぎ、◎オレンジジュース、きゅうり、もやし、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、◎みかん缶、ピーマン、たけのこ(水煮缶)、葉ねぎ、黒きくらげ	しょうゆ、中華だしの素、酢、食塩	
03火	りんごゼリー牛乳(午前)	ごはん おからハンバーグ 大根と水菜のサラダ かぶのコンソメスープ	かぼちゃポロ牛乳(午後)	469.1(432.5) 18.6(16.9) 15.7(14.2) 1.4(1.2)	半つき米、マヨネーズ、パン粉、◎三温糖	◎牛乳、豚ひき肉、鶏ひき肉、おから、ハム、卵、◎牛乳、◎ゼラチン	だいこん、たまねぎ、かぶ、みずな、えのきたけ、葉ねぎ、にんじん、とうもろこし、カットわかめ、◎りんごジュース	ケチャップ、しょうゆ(うすくち)、コンソメ、ウスターソース、食塩	
04水	さくさくヨーグルト牛乳(午前)	ごはん 里芋のそぼろあんかけ 小松菜と厚揚げのお浸し なめこ汁	きなこもち牛乳(午後)	489.2(464.4) 19.0(18.5) 15.0(15.1) 0.8(0.8)	半つき米、さといも、◎片栗粉、◎三温糖、三温糖、片栗粉、◎三温糖、◎コーンフレーク	◎牛乳、鶏ひき肉、生揚げ、油揚げ、◎きな粉、◎牛乳、◎ヨーグルト(無糖)	こまつな、ほうきい、にんじん、たまねぎ、だいこん、なめこ、葉ねぎ、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、しょうゆ(うすくち)、食塩	
05木	フルーツきんとん牛乳(午前)	カレーライス コールスローサラダ 柿	コロコロラスク牛乳(午後)	516.6(502.3) 17.7(16.0) 15.8(14.3) 1.2(1.0)	半つき米、◎食パン、じゃがいも、◎無塩バター、◎三温糖、油、マヨネーズ、◎三温糖、◎さつまいも	◎牛乳、豚肉(もも)、◎牛乳	かき、たまねぎ、にんじん、キャベツ、とうもろこし、◎りんご、◎パン缶	カレーウ、食塩	
06金	バナナのココアがけ牛乳(午前)	塩パン 鮭のポテト焼き オーロラサラダ オニオンスープ	焼きおにぎり(みそ)牛乳(午後)	511.1(454.8) 23.2(19.7) 14.4(13.0) 1.2(1.0)	強力粉、◎半つき米、じゃがいも、三温糖、無塩バター、マヨネーズ、パン粉	◎牛乳、さけ、牛乳、ベーコン、脱脂粉乳、◎淡色みそ、◎牛乳	キャベツ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、プロッコリー、とうもろこし、◎ごま、◎バナナ	ケチャップ、コンソメ、ドライイースト、◎本みりん、◎しょうゆ、食塩、パセリ粉	
07土	ビスケットのジャムがけ牛乳(午前)	ごはん 鶏の肉じゃが しらす和え ごぼうの味噌汁	キャロットケーキ牛乳(午後)	491.7(453.8) 19.7(17.6) 12.2(11.8) 1.1(0.9)	半つき米、◎薄力粉、じゃがいも、◎三温糖、三温糖、◎油	◎牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、◎卵、◎淡色みそ、しらす干し、◎牛乳	にんじん、もやし、キャベツ、◎にんじん、たまねぎ、しらたき、ごぼう、葉ねぎ、グリーンピース、カットわかめ、◎いちごジャム	かつお・昆布だし汁、酢、本みりん、しょうゆ、食塩	
08日	クラッカーサンド牛乳(午前)	ひじきごはん たらのみぞれあんかけ 茶碗蒸し けんちん汁	星つこ牛乳(午後)	445.2(427.3) 24.4(21.4) 11.4(12.3) 1.7(1.6)	半つき米、片栗粉、三温糖	◎牛乳、たら、卵、鶏もも肉、木綿豆腐、油揚げ、ツナ水煮缶、かまぼこ、◎牛乳、◎クリームチーズ	だいこん、にんじん、しめじ、ゆりね、ごぼう、えだまめ(冷凍)、葉ねぎ、板こんにやく、しいたけ、いんげん、白ネギ、みつば、ひじき、◎いちごジャム	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、しょうゆ(うすくち)、食塩	
09月	紅茶の蒸しパン牛乳(午前)	ごはん 鶏肉とほうれん草のソテー クルトン入りサラダ 豆乳スープ	わらびもち牛乳(午後)	474.3(469.4) 19.9(18.9) 13.0(12.9) 1.5(1.4)	半つき米、◎片栗粉、◎三温糖、クルトン、三温糖、無塩バター、油、◎ホットケーキ粉	◎牛乳、豆乳、鶏もも肉、ベーコン、チーズ、◎きな粉、◎牛乳	キャベツ、にんじん、ほうれん草、たまねぎ、しめじ、とうもろこし、きゅうり	酢、コンソメ、しょうゆ、食塩	
10火	大学芋風牛乳(午前)	味噌ラーメン シューマイ りんご	ブルーベリーのクラフティ牛乳(午後)	489.7(484.2) 23.2(20.4) 16.8(15.1) 1.3(1.1)	ゆで中華めん、しょうまいの皮、◎薄力粉、◎三温糖、片栗粉、◎三温糖、◎さつまいも	◎牛乳、豚ひき肉、◎卵、◎薄力粉、◎三温糖、片栗粉、◎三温糖、◎さつまいも	りんご、たまねぎ、キャベツ、にんじん、◎ヨーグルト(無糖)、卵、◎淡色みそ、◎牛乳	中華だしの素、しょうゆ、食塩	
11水	みかヨーグルト牛乳(午前)	ロールパン かぼちゃコロッケ カラフルサラダ キャベツのスープ	じゃこ梅の焼きおにぎり牛乳(午後)	497.8(447.9) 17.3(16.4) 16.6(15.7) 1.6(1.3)	ロールパン、◎半つき米、薄力粉、パン粉、油、三温糖、◎ごま油、◎三温糖	◎牛乳、豚ひき肉、卵、◎しらす干し、◎牛乳、◎ヨーグルト(無糖)	キャベツ、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、プロッコリー、カリフラワー、トマト、◎うめびしお、◎ごま、◎みかん缶	酢、◎しょうゆ、コンソメ、食塩、◎食塩	
12木	ぶどうゼリー牛乳(午前)	ごはん 鶏パターの旨煮 にんじんと竹輪の白和え なすの味噌汁	抹茶スコーン牛乳(午後)	524.7(473.0) 22.1(20.1) 15.1(13.7) 1.6(1.3)	半つき米、◎薄力粉、◎無塩バター、三温糖、◎三温糖、◎ごま油、◎三温糖	◎牛乳、木綿豆腐、鶏レバー、鶏もも肉、ちくわ、◎卵、◎淡色みそ、◎牛乳、◎ゼラチン	にんじん、ほうれん草、たまねぎ、鶏もも肉、ちくわ、なす、ごぼう、葉ねぎ、いんげん、ひじき、しょうが、ごま、◎ぶどうジュース	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん	
13金	じゃこトースト牛乳(午前)	ピラフ 鶏肉のピカタ プロッコリーサラダ ほうれん草としめじのスープ	ふろしきまんじゅう牛乳(午後)	545.1(497.6) 23.3(21.7) 15.1(14.5) 1.5(1.7)	半つき米、◎薄力粉、◎黒砂糖、薄力粉、マヨネーズ、無塩バター、◎油、◎食パン	◎牛乳、鶏もも肉、◎こしあん(生)、卵、ベーコン、粉チーズ、◎牛乳、◎チーズ、◎しらす干し	プロッコリー、たまねぎ、にんじん、きゅうり、ほうれん草、しめじ、とうもろこし、グリーンピース(冷凍)	コンソメ、ケチャップ、食塩、◎しょうゆ	
14土	バナナのきな粉がけ牛乳(午前)	ごはん 切り干し大根の卵焼き 納豆和え 山芋の味噌汁	豆腐スフレ牛乳(午後)	486.4(457.6) 20.5(19.3) 15.3(14.7) 0.8(0.7)	半つき米、なごいも、◎上新粉、◎三温糖、三温糖	◎牛乳、卵、◎豆乳、◎木綿豆腐、◎卵、油揚げ、挽きわり納豆、◎淡色みそ、かつお節、◎牛乳、◎加糖練乳、◎きな粉	にんじん、ほうれん草、きゅうり、たまねぎ、しいたけ、切り干しだいこん、グリーンピース(冷凍)、◎レモン果汁、◎バナナ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	
15日	いちごヨーグルト牛乳(午前)	ごはん ポークビーフ りっちゃんの元気サラダ マカロニスープ	かぼちゃポロ牛乳(午後)	496.1(466.4) 18.9(18.3) 14.5(14.7) 1.8(1.5)	半つき米、じゃがいも、マカロニ、三温糖、油	◎牛乳、豚肉(もも)、大豆水煮缶、ハム、ベーコン、◎牛乳、◎ヨーグルト(無糖)	にんじん、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、トマト、とうもろこし、ホールマト缶詰、塩こんぶ、◎いちごジャム	ケチャップ、コンソメ、酢、しょうゆ、食塩	
16月	野菜ケーキ牛乳(午前)	わかめごはん 甘辛豆腐ステーキ 和風ツナサラダ 具沢山味噌汁	さつまいもの白玉団子牛乳(午後)	498.2(496.8) 20.3(19.7) 13.2(13.8) 1.4(1.3)	半つき米、◎白玉粉、◎さつまいも、さといも、三温糖、片栗粉、◎三温糖、油、◎片栗粉、◎油、◎ホットケーキ粉	◎牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、◎木綿豆腐、ツナ水煮缶、◎淡色みそ、◎牛乳	キャベツ、にんじん、白ネギ、もやし、葉ねぎ、とうもろこし、ごぼう、カットわかめ、ひじき、◎野菜ジュース	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、酢、◎しょうゆ、食塩	
17火	ココア豆牛乳(午前)	醤油飯(鯛めし) 芋炊き ほうれん草のお浸し みかん	チーズクッキー牛乳(午後)	535.2(504.9) 20.1(21.3) 13.1(14.0) 1.5(1.4)	半つき米、◎薄力粉、さといも(冷凍)、◎無塩バター、◎三温糖、三温糖、◎三温糖	◎牛乳、鶏もも肉、たい、ちくわ、◎粉チーズ、かつお節、◎大豆水煮缶、◎牛乳	みかん、にんじん、もやし、ほうれん草、板こんにやく、こんぶ(だし用)、ごぼう(ゆで)、とうもろこし	しょうゆ、かつお・昆布だし汁、本みりん、食塩	郷土料理(愛媛)
18水	オレンジ寒天牛乳(午前)	ごはん チキンのトマトソースがけ さつまいものクリームチーズ和え チンゲン菜のスープ	ねじりパン牛乳(午後)	572.0(501.8) 21.8(19.0) 14.4(13.1) 1.3(1.1)	半つき米、◎強力粉、さつまいも、◎無塩バター、薄力粉、◎三温糖、マヨネーズ、三温糖、油、◎コーンスターチ、◎三温糖	◎牛乳、鶏もも肉、◎こしあん(生)、クリームチーズ、◎脱脂粉乳、◎牛乳	にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、しめじ、ホールマト缶詰、◎かんでんクック、◎オレンジジュース	コンソメ、ケチャップ、◎ドライイースト、◎食塩、食塩	
19木	カルピス蒸しパン牛乳(午前)	マールボー井 もやしサラダ(中華) 中華スープ	かぼちゃプリン牛乳(午後)	513.3(500.4) 21.4(19.9) 17.8(16.7) 2.3(2.0)	半つき米、◎三温糖、片栗粉、三温糖、◎ごま油、◎ホットケーキ粉	◎牛乳、木綿豆腐、◎卵、豚ひき肉、卵、かにかまぼこ、◎淡色みそ、◎乳酸菌飲料、◎牛乳	もやし、にんじん、たまねぎ、きゅうり、◎かぼちゃ、葉ねぎ、白ネギ、とうもろこし、ごま、カットわかめ	中華だしの素、しょうゆ、ケチャップ、酢	
20金	ブルーチェ風牛乳(午前)	黒糖パン カレイのパン粉焼き コーンサラダ グラムチャウダー風スープ	ひじき入りおやき牛乳(午後)	535.8(510.1) 24.4(23.4) 14.5(15.0) 2.4(2.0)	強力粉、◎半つき米、じゃがいも、黒砂糖、マヨネーズ、パン粉、無塩バター、薄力粉	◎牛乳、かかれい、牛乳、しぼえい、粉チーズ、脱脂粉乳、◎牛乳、◎ゼラチン	キャベツ、にんじん、きゅうり、◎にんじん、とうもろこし、◎たまねぎ、たまねぎ、◎とうもろこし、◎ひじき、◎いちごジャム	コンソメ、◎食塩、◎コンソメ、ドライイースト、食塩、パセリ粉	
21土	麩ラスク牛乳(午前)	ごはん 鶏肉とコーンの味噌炒め かぶの甘酢和え はんぺんのお吸い物	フルーツグラタン牛乳(午後)	488.4(459.1) 19.6(18.5) 14.6(15.5) 1.2(1.0)	半つき米、じゃがいも、◎薄力粉、◎三温糖、三温糖、油、◎無塩バター、◎焼ふ、◎三温糖	◎牛乳、鶏もも肉、◎卵、◎生クリーム、はんぺん、ハム、卵、◎淡色みそ、◎牛乳、◎きな粉	にんじん、たまねぎ、かぶ、きゅうり、◎バナナ、◎もも缶(白桃)、しめじ、◎キウイフルーツ、みつば、とうもろこし、いんげん	かつお・昆布だし汁、酢、しょうゆ(うすくち)、本みりん、しょうゆ、食塩	
22日	キウイヨーグルト牛乳(午前)	ごはん 豚肉と厚揚げのケチャップ炒め しょうゆフレンチ ベーコンときのこのスープ	星つこ牛乳(午後)	427.9(416.2) 17.9(17.6) 14.1(14.3) 1.1(1.0)	半つき米、三温糖、油、◎三温糖	◎牛乳、豚肉(もも)、生揚げ、◎牛乳、◎ヨーグルト(無糖)	キャベツ、たまねぎ、しめじ、にんじん、きゅうり、エリンギ、赤ピーマン、えのきたけ、とうもろこし、えだまめ(冷凍)、◎キウイフルーツ	酢、ケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、コンソメ、食塩	

# 献立表

日付	午前おやつ	献立	午後おやつ	エネルギーたんぱく質脂質/塩分( )は未満児	材 料 名 (◎は10時おやつ○は午後おやつ)				行事
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
23月	コーンケーキ牛乳(午前)	ごはん 鶏肉とごぼうの卵とし煮 白菜としらすの和え物 きのこの味噌汁	かぼちゃポロ牛乳(午後)	419.6(442.1) 16.7(16.9) 10.3(11.5) 0.9(1.0)	半つき米、油、◎ホットケーキ粉	○牛乳、鶏もも肉、卵、淡色みそ、しらす干し、◎牛乳、◎チーズ	ほくさい、にんじん、たまねぎ、ごぼう、きゅうり、さやえんどう、まいたけ、とうもろこし、しめじ、えのきたけ、◎とうもろこし	かつお・昆布だし汁、本みりん、しょうゆ、食塩	
24火	さつまいものレモン煮牛乳(午前)	ごはん レンコンのつくね焼き 春菊のごま和え わかめのすまし汁	ブレントースト牛乳(午後)	506.9(498.8) 21.0(18.9) 15.0(13.7) 1.8(1.5)	半つき米、○食パン、パン粉、三温糖、◎三温糖、○無塩バター、◎三温糖、◎さつまいも	○牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、卵、◎卵、◎牛乳	もやし、にんじん、たまねぎ、れんこん、しゅんぎく、みづな、ごま、カットわかめ、ひじき、◎レモン果汁	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、食塩	
25水	餃子のフルーツ焼き牛乳(午前)	ハム・卵サンド(型抜き) かぶのミルク煮 マカロニサラダ キウイフルーツ	スイートポテアンパンマン牛乳(午後)	434.0(438.9) 19.5(17.9) 16.2(17.2) 1.3(1.1)	◎さつまいも、食パン、マカロニ、じゃがいも、マヨネーズ、◎三温糖、◎無塩バター、片栗粉、◎無塩バター、◎三温糖、◎ぎょうざ	○牛乳、牛乳、さけ、卵、ハム、◎卵、◎牛乳	キウイフルーツ、にんじん、ほくさい、きゅうり、ブロッコリー、かぶ、たまねぎ、リーフレタス、しめじ、とうもろこし、◎さくらんぼ缶、◎干しぶどう、◎バナナ	コンソメ、食塩	誕生日会
26木	シュガートースト牛乳(午前)	ごはん 白身魚の胡麻みそ焼き 里芋とツナのサラダ 五日汁	草団子牛乳(午後)	463.5(443.1) 21.4(19.0) 10.4(11.9) 1.2(1.1)	半つき米、さといも、◎白玉粉、じゃがいも、マヨネーズ、三温糖、◎無塩バター、◎食パン、◎三温糖	○牛乳、たら、◎木綿豆腐、○ゆであずき缶、大豆水煮缶、ハム、ツナ水煮缶、淡色みそ、◎牛乳	にんじん、◎こまつな、白ネギ、たまねぎ、きゅうり、えのきたけ、とうもろこし、ひじき、ごま	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、本みりん、食塩	
27金	りんごのコンポート牛乳(午前)	ごはん チヂミ 鶏ささみときゅうりの中華和え ワンタン風スープ	豆乳カスタードのパイ牛乳(午後)	548.6(493.6) 22.9(19.7) 14.9(13.5) 1.5(1.2)	半つき米、米粉、◎ぎょうざの皮、◎三温糖、◎薄力粉、しゅうまいの皮、三温糖、ごま油、◎三温糖	○牛乳、豚ひき肉、◎豆乳、鶏ささ身、挽きわり納豆、◎卵、チーズ、しらす干し、◎牛乳	にんじん、きゅうり、もやし、たまねぎ、にら、しいたけ、白ネギ、葉ねぎ、ごま、◎レモン果汁、◎りんご	しょうゆ、中華だしの素、酢、食塩	
28土	豆腐ケーキ牛乳(午前)	ごはん チキンの味噌クリーム煮 豆サラダ ポトフ	牛乳くずもち牛乳(午後)	493.3(484.0) 19.6(18.5) 14.6(14.0) 1.4(1.3)	半つき米、じゃがいも、◎片栗粉、◎三温糖、◎黒砂糖、マヨネーズ、◎三温糖、◎ホットケーキ粉	○牛乳、鶏もも肉、豆乳、ウインナーソーセージ、大豆水煮缶、ツナ水煮缶、淡色みそ、◎きな粉、◎木綿豆腐、◎牛乳	キャベツ、にんじん、たまねぎ、みずな、しめじ、とうもろこし、しいたけ	しょうゆ、コンソメ、食塩	
29日	マカロニナポリタン牛乳(午前)	ごはん 筑前煮 ブロッコリーの白和え かまぼこのすまし汁	昆っこ牛乳(午後)	399.5(387.8) 18.6(17.5) 10.4(11.2) 1.3(1.2)	半つき米、三温糖、油、◎マカロニ	○牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、かまぼこ、淡色みそ、◎牛乳、◎ペーコン	にんじん、もやし、ブロッコリー、れんこん、ごぼう、たまねぎ、板こんにゃく、みつば、しいたけ、いんげん、ごま、◎たまねぎ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、しょうゆ(うすくち)、食塩、◎ケチャップ	
30月	カルピスゼリー牛乳(午前)	きのこの和風パスタ ささみの大葉チーズ巻き バナナ	おほぎ牛乳(午後)	454.3(406.7) 24.8(22.4) 12.4(11.5) 1.1(0.9)	スパゲティ、◎米、◎もち米、無塩バター、◎三温糖、春巻きの皮	○牛乳、鶏ささ身、◎こしあん(生)、ペーコン、◎きな粉、スライスチーズ、◎乳酸菌飲料、◎牛乳、◎ゼラチン	バナナ、ほうれんそう、たまねぎ、まいたけ、しめじ、エリンギ、えのきたけ、しそ	しょうゆ、コンソメ、食塩、◎食塩	

3歳以上児は朝おやつがありません。  
また、仕入れの都合により一部献立を変更させていただく場合がございます。

# 11月の離乳食 初期 (ごっくん)



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
粥 さつまいも 豆腐	粥 もやし きゅうり	粥 かぶ 人参	粥 里芋 小松菜	粥 じゃがいも キャベツ	粥 ブロッコリー きゅうり	粥 キャベツ 人参
8	9	10	11	12	13	14
粥 大根 豆腐	粥 ほうれん草 人参	粥 もやし キャベツ	粥 かぼちゃ ブロッコリー	粥 豆腐 ほうれん草	粥 ブロッコリー 人参	粥 きゅうり ほうれん草
15	16	17	18	19	20	21
粥 じゃがいも トマト	粥 キャベツ 里芋	粥 ほうれん草 もやし	粥 チンゲン菜 さつまいも	粥 人参 きゅうり	粥 キャベツ じゃがいも	粥 かぶ きゅうり
22	23	24	25	26	27	28
粥 キャベツ 人参	粥 白菜 きゅうり	粥 豆腐 もやし	粥 かぶ ブロッコリー	粥 里芋 人参	粥 きゅうり もやし	粥 じゃがいも キャベツ
29	30					
粥 ブロッコリー 豆腐	粥 ほうれん草 バナナ					

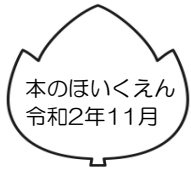
# 11月の離乳食 中期（もぐもぐ）

本のほいくえん  
令和2年 11月

日付	曜日	給食		午後のおやつ
		献立名	原材料名	献立名 原材料
1	日	粥	米	ベビースティック うるち米・米澱粉・とうもろこし澱粉・砂糖・塩・サンゴ未焼成カルシウム
		グリルチキン	鶏ささ身・塩	
		豆腐のすまし汁	豆腐・玉ねぎ・だし・醤油	
2	月	粥	米	オレンジゼリー オレンジ・三温糖・ゼラチン
		豚肉の煮物	豚肉・玉ねぎ・もやし・だし・醤油・三温糖	
		玉ねぎのスープ	玉ねぎ・醤油	
3	火	粥	米	かぼちゃポーロ 馬鈴薯澱粉・還元麦芽糖水飴・麦芽糖・フラクトオリゴ糖・かぼちゃ粉末・トレハロース・炭酸水素ナトリウム・グルコノデルタラクトン・脂肪酸・コーンスターチ・乳化剤
		おからハンバーグ	おから・豚ひき肉・鶏ひき肉・玉ねぎ・食塩	
		かぶのスープ	かぶ・醤油	
4	水	粥	米	豆乳ゼリーきな粉がけ 豆乳・ゼラチン・三温糖・きな粉
		里芋のそぼろあんかけ	鶏ひき肉・里芋・人参・大根・だし・醤油・三温糖・片栗粉	
		玉ねぎのお吸い物	玉ねぎ・だし・醤油	
5	木	粥	米	スティックパン 食パン
		豚肉の煮物	豚肉・人参・玉ねぎ・じゃがいも・だし・醤油・三温糖	
		柿	柿	
6	金	粥	米	味噌粥 米・だし・味噌
		鮭とじゃがいものあんかけ	鮭・じゃがいも・だし・醤油・三温糖・片栗粉	
		オニオンスープ	たまねぎ・ブロッコリー・醤油	
7	土	粥	米	キャラットケーキ 薄力粉・人参・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
		鶏肉の肉じゃが	鶏肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖	
		豆腐の味噌汁	豆腐・人参・だし・味噌	
8	日	粥	米	ベビースティック うるち米・米澱粉・とうもろこし澱粉・砂糖・塩・サンゴ未焼成カルシウム
		たらのみぞれあんかけ	たら・大根・だし・醤油・三温糖・片栗粉	
		けんちん汁	大根・人参・豆腐・だし・醤油	
9	月	粥	米	豆乳ゼリー 豆乳・三温糖・ゼラチン
		鶏肉とほうれん草煮物	鶏肉・ほうれん草・人参・だし・醤油・三温糖	
		野菜の豆乳スープ	玉ねぎ・キャベツ・人参・豆乳・醤油	
10	火	くたくた味噌ラーメン	中華麺・豚肉・キャベツ・人参・玉ねぎ・もやし・だし・味噌	プレーンケーキ 薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
		豚肉の煮物	豚ひき肉・玉ねぎ・人参・だし・醤油・三温糖	
		りんごのコンポート	りんご・三温糖	
11	水	粥	米	味噌粥 米・だし・味噌
		かぼちゃハンバーグ	かぼちゃ・豚ひき肉・玉ねぎ・食塩・薄力粉	
		キャベツのスープ	キャベツ・玉ねぎ・人参・醤油	
12	木	粥	米	ほうれん草ケーキ 薄力粉・ほうれん草・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
		鶏肉の旨煮	鶏肉・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖	
		なすの味噌汁	なす・玉ねぎ・だし・味噌	
13	金	野菜粥	米・人参・玉ねぎ	麩のミルク煮 麩・スキムミルク
		グリルチキン	鶏肉・塩	
		ほうれん草スープ	ほうれん草・玉ねぎ・醤油	
14	土	粥	米	豆腐ケーキ 薄力粉・豆腐・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
		豚肉の煮物	豚肉・切り干し大根・人参・だし・醤油・三温糖	
		玉ねぎの味噌汁	玉ねぎ・だし・味噌	
15	日	粥	米	かぼちゃポーロ 馬鈴薯澱粉・還元麦芽糖水飴・麦芽糖・フラクトオリゴ糖・かぼちゃ粉末・トレハロース・炭酸水素ナトリウム・グルコノデルタラクトン・脂肪酸・コーンスターチ・乳化剤
		豚肉と大豆の煮物	豚肉・大豆・じゃがいも・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖	
		マカロニスープ	マカロニ・玉ねぎ・人参・醤油	

16	月	粥	米	蒸しさつまいも芋
		豆腐の煮物	鶏ひき肉・木綿豆腐・キャベツ・だし・醤油・三温糖	さつまいも
		里芋の味噌汁	里芋・人参・もやし・だし・味噌	
17	火	鯛粥	米・鯛・だし・醤油	ほうれん草ケーキ
		芋炊き	鶏もも肉・里芋・人参・だし・醤油・三温糖	薄力粉・ほうれん草・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
		みかん	みかん	
18	水	粥	米	さつまいもケーキ
		鶏肉と野菜の煮物	鶏もも肉・玉ねぎ・人参・だし・醤油・三温糖	薄力粉・さつまいも・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
		チンゲンサイのスープ	チンゲンサイ・人参・醤油	
19	木	野菜味噌粥	米・豚ひき肉・人参・玉ねぎ・だし・味噌	蒸しかぼちゃ
		もやしサラダ	もやし・きゅうり・人参・醤油	かぼちゃ
		玉ねぎスープ	玉ねぎ・醤油	
20	金	粥	米	野菜粥
		かれのいの煮物	カレイ・玉ねぎ・人参・だし・醤油・三温糖・片栗粉	米・玉ねぎ・人参
		豆乳スープ	玉ねぎ・じゃがいも・人参・豆乳・塩	
21	土	粥	米	バナナのきな粉がけ
		鶏肉と野菜の味噌煮込み	鶏もも肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・だし・味噌	バナナ・きな粉
		玉ねぎの吸い物	玉ねぎ・だし・醤油	
22	日	粥	米	ベビースティック
		豚肉の煮物	豚肉・玉ねぎ・枝豆・だし・醤油・三温糖	うるち米・米澱粉・とうもろこし澱粉・砂糖・塩・サンゴ未焼成カルシウム
		玉ねぎのスープ	玉ねぎ・醤油	
23	月	粥	米	かぼちゃボーロ
		鶏肉の煮物	鶏もも肉・玉ねぎ・人参・だし・醤油・三温糖	高筋薄力粉・還元麦芽糖水飴・麦芽糖・フラクトオリゴ糖・かぼちゃ粉末・レシパロス・炭酸水素ナトリウム・グルコノデルタラクトン・脂肪酸・コンスターチ・乳化剤
		玉ねぎの味噌汁	玉ねぎ・だし・味噌	
24	火	粥	米	スティックパン
		つくね焼き	鶏ひき肉・豆腐・人参・玉ねぎ・塩・醤油	食パン
		豆腐のすまし汁	木綿豆腐・玉ねぎ・だし・醤油	
25	水	スティックパン	食パン	スイートポテト
		かぶの豆乳煮	かぶ・白菜・鮭・人参・玉ねぎ・じゃがいも・豆乳・塩	さつまいも・三温糖・牛乳
		キウイフルーツ	キウイフルーツ	
26	木	粥	米	豆腐ケーキ
		たらの味噌あんかけ	たら・人参・だし・味噌・片栗粉	薄力粉・木綿豆腐・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
		五目汁	大豆・人参・じゃがいも・だし・醤油	
27	金	粥	米	麩のミルク煮
		納豆チヂミ	豚ひき肉・納豆・玉ねぎ・人参・薄力粉・片栗粉・三温糖・塩	麩・スキムミルク
		豚肉と玉ねぎのスープ	豚ひき肉・玉ねぎ・醤油	
28	土	粥	米	バナナ
		チキンの味噌クリーム煮	鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃがいも・豆乳・味噌	バナナ
		野菜スープ	玉ねぎ・人参・キャベツ・じゃがいも・醤油	
29	日	粥	米	ベビースティック
		鶏肉の煮物	鶏肉・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖	うるち米・米澱粉・とうもろこし澱粉・砂糖・塩・サンゴ未焼成カルシウム
		玉ねぎのすまし汁	玉ねぎ・だし・醤油	
30	月	和風パスタ	スパゲティ・玉ねぎ・ほうれん草・醤油	きな粉粥
		グリルチキン	鶏ささ身・塩	米・きな粉・三温糖
		バナナ	バナナ	

# 11月の離乳食 後期（かみかみ）



日付	曜日	給食			午後のおやつ
		午前のおやつ	献立名	原材料名	
1	日	マカロニみたらし	粥	米	ベビースティック
		マカロニ・醤油・三温糖・片栗粉	グリルチキン さつまいもの和え物 豆腐のすまし汁	鶏ささ身・塩 さつまいも・人参・塩 豆腐・玉ねぎ・だし・醤油	
2	月	麩のミルク煮	粥	米	オレンジゼリー
		麩・スキムミルク	豚肉の煮物 春雨サラダ 玉ねぎのスープ	豚肉・玉ねぎ・もやし・だし・醤油・三温糖 春雨・にんじん・きゅうり・醤油 玉ねぎ・醤油	
3	火	りんごゼリー	粥	米	かぼちゃボーロ
		りんごジュース・三温糖・ゼラチン	おからハンバーグ 大根と水菜のサラダ かぶのスープ	おから・豚ひき肉・鶏ひき肉・玉ねぎ・食塩 大根・水菜・人参・醤油 かぶ・醤油	
4	水	ヨーグルト	粥	米	豆乳ゼリーきな粉がけ
		ヨーグルト・三温糖	里芋のそぼろあんかけ 小松菜のお浸し 玉ねぎのお吸い物	鶏ひき肉・里芋・人参・大根・だし・醤油・三温糖・片栗粉 小松菜・白菜・醤油 玉ねぎ・だし・醤油	
5	木	フルーツきんとん	粥	米	スティックパン
		さつまいも・りんご・三温糖	豚肉の煮物 キャベツのサラダ 柿	豚肉・人参・玉ねぎ・じゃがいも・だし・醤油・三温糖 キャベツ・玉ねぎ・人参・醤油 柿	
6	金	バナナ	粥	米	味噌粥
		バナナ	鮭とじゃがいものあんかけ きゅうりのサラダ オニオンスープ	鮭・じゃがいも・だし・醤油・三温糖・片栗粉 きゅうり・キャベツ・人参・醤油 たまねぎ・ブロッコリー・醤油	
7	土	パン粥	粥	米	キャラットケーキ
		食パン・スキムミルク	鶏肉の肉じゃが キャベツの和え物 豆腐の味噌汁	鶏肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖 キャベツ・もやし・人参・醤油 豆腐・人参・だし・味噌	
8	日	麩のミルク煮	粥	米	ベビースティック
		麩・スキムミルク	たらのみぞれあんかけ 鶏肉と枝豆の煮物 けんちん汁	たら・大根・だし・醤油・三温糖・片栗粉 鶏肉・枝豆・人参・だし・醤油・三温糖 大根・人参・豆腐・だし・醤油	
9	月	蒸しパン	粥	米	豆乳ゼリー
		薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳	鶏肉とほうれん草煮物 キャベツと人参のサラダ 野菜の豆乳スープ	鶏肉・ほうれん草・人参・だし・醤油・三温糖 キャベツ・人参・きゅうり・醤油 玉ねぎ・キャベツ・人参・豆乳・醤油	
10	火	蒸しさつまいも	粥	米	プレーンケーキ
		さつまいも	くたくた味噌ラーメン 豚肉の煮物 りんごのコンポート	中華麺・豚肉・キャベツ・人参・玉ねぎ・もやし・だし・味噌 豚ひき肉・玉ねぎ・人参・だし・醤油・三温糖 りんご・三温糖	
11	水	ヨーグルト	粥	米	味噌粥
		ヨーグルト・三温糖	かぼちゃハンバーグ カラフルサラダ キャベツのスープ	かぼちゃ・豚ひき肉・玉ねぎ・食塩・薄力粉 キャベツ・ブロッコリー・カリフラワー・人参・トマト・醤油 キャベツ・玉ねぎ・人参・醤油	
12	木	ぶどうゼリー	粥	米	ほうれん草ケーキ
		ぶどうジュース・三温糖・ゼラチン	鶏肉の旨煮 ほうれん草の白和え なすの味噌汁	鶏もも肉・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖 ほうれん草・人参・木綿豆腐・味噌・三温糖 なす・玉ねぎ・だし・味噌	
13	金	スティックパン	粥	米・人参・玉ねぎ	麩のミルク煮
		食パン	グリルチキン ブロッコリーサラダ ほうれん草スープ	鶏肉・塩 ブロッコリー・人参・きゅうり・醤油 ほうれん草・玉ねぎ・醤油	
14	土	バナナのきな粉がけ	粥	米	豆腐ケーキ
		バナナ・きな粉	豚肉の煮物 納豆和え 玉ねぎの味噌汁	豚肉・切り干し大根・人参・だし・醤油・三温糖 ほうれん草・人参・きゅうり・納豆・醤油 玉ねぎ・だし・味噌	
15	日	ヨーグルト	粥	米	かぼちゃボーロ
		ヨーグルト・三温糖	豚肉と大豆の煮物 キャベツサラダ マカロニスープ	豚肉・大豆・じゃがいも・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖 キャベツ・きゅうり・人参・トマト・醤油 マカロニ・玉ねぎ・人参・醤油	

日付	曜日	午前のおやつ	給食		午後のおやつ
		献立名 原材料	献立名	原材料名	献立名 原材料
16	月	プレーンケーキ	粥	米	蒸しさつまいも芋
		薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳	豆腐の煮物 キャベツサラダ 里芋の味噌汁	鶏ひき肉・豆腐・キャベツ・だし・醤油・三温糖 キャベツ・きゅうり・人参・醤油 里芋・人参・もやし・だし・味噌	さつまいも
17	火	麩のミルク煮	鯛粥	米・鯛・だし・醤油	ほうれん草ケーキ
		麩・スキムミルク	芋炊き ほうれん草のお浸し みかん	鶏肉・里芋・人参・だし・醤油・三温糖 ほうれん草・もやし・人参・醤油 みかん	薄力粉・ほうれん草・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
18	水	オレンジゼリー	粥	米	さつまいもケーキ
		オレンジジュース・三温糖・ゼラチン	鶏肉と野菜の煮物 さつまいもサラダ チンゲンサイのスープ	鶏肉・玉ねぎ・人参・だし・醤油・三温糖 さつまいも・玉ねぎ・人参・塩 チンゲンサイ・人参・醤油	薄力粉・さつまいも・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
19	木	蒸しパン	野菜味噌粥	米・豚ひき肉・人参・玉ねぎ・だし・味噌	蒸しかぼちゃ
		薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳	もやしサラダ 玉ねぎスープ	もやし・きゅうり・人参・醤油 玉ねぎ・醤油	かぼちゃ
20	金	豆乳ゼリー	粥	米	野菜粥
		豆乳・三温糖・ゼラチン	かれの煮物 人参サラダ 豆乳スープ	カレイ・玉ねぎ・人参・だし・醤油・三温糖・片栗粉 キャベツ・人参・きゅうり・醤油 玉ねぎ・じゃがいも・人参・豆乳・塩	米・玉ねぎ・人参
21	土	麩のミルク煮	粥	米	バナナのきな粉がけ
		麩・スキムミルク	鶏肉と野菜の味噌煮込み かぶのサラダ 玉ねぎの吸い物	鶏肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・だし・味噌 かぶ・きゅうり・人参・醤油 玉ねぎ・だし・醤油	バナナ・きな粉
22	日	キウイヨーグルト	粥	米	ベビースティック
		ヨーグルト・キウイ・三温糖	豚肉の煮物 キャベツの和え物 玉ねぎのスープ	豚肉・玉ねぎ・枝豆・だし・醤油・三温糖 キャベツ・きゅうり・人参・醤油 玉ねぎ・醤油	うるち米・米澱粉・とうもろこし澱粉・砂糖・塩・サンゴ末焼成カルシウム
23	月	プレーンケーキ	粥	米	かぼちゃボーロ
		薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳	鶏肉の煮物 白菜の和え物 玉ねぎの味噌汁	鶏肉・玉ねぎ・人参・だし・醤油・三温糖 白菜・人参・きゅうり・醤油 玉ねぎ・だし・味噌	馬鈴薯澱粉・還元麦芽糖水飴・麦芽糖・フラクトオリゴ糖・かぼちゃ粉末・トレハロース・炭酸水素ナトリウム・グルコニデルタラクトン・脂肪酸・コーンスターチ・乳化剤
24	火	蒸しさつまいも	粥	米	スティックパン
		さつまいも	つくね焼き もやしの和え物 豆腐のすまし汁	鶏ひき肉・豆腐・人参・玉ねぎ・塩・醤油 もやし・人参・醤油 豆腐・玉ねぎ・だし・醤油	食パン
25	水	バナナ	スティックパン	食パン	スイートポテト
		バナナ	かぶの豆乳煮 マカロニサラダ キウイフルーツ	かぶ・白菜・鮭・人参・玉ねぎ・じゃがいも・豆乳・塩 マカロニ・人参・フロコリー・きゅうり・醤油 キウイフルーツ	さつまいも・三温糖・牛乳
26	木	スティックパン	粥	米	豆腐ケーキ
		食パン	たらの味噌あんかけ 里芋のサラダ 五目汁	たら・人参・だし・味噌・片栗粉 里芋・人参・きゅうり・玉ねぎ・塩 大豆・人参・じゃがいも・だし・醤油	薄力粉・豆腐・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
27	金	りんごのコンポート	粥	米	麩のミルク煮
		りんご・三温糖	納豆チヂミ 鶏ささ身ときゅうりの和え物 豚肉と玉ねぎのスープ	豚ひき肉・納豆・玉ねぎ・人参・薄力粉・片栗粉・三温糖・塩 鶏ささみ・きゅうり・人参・もやし・醤油 豚ひき肉・玉ねぎ・醤油	麩・スキムミルク
28	土	豆腐ケーキ	粥	米	バナナ
		薄力粉・豆腐・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳	チキンの味噌クリーム煮 豆サラダ 野菜スープ	鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃがいも・豆乳・味噌 キャベツ・人参・水菜・大豆・醤油 玉ねぎ・人参・キャベツ・じゃがいも・醤油	バナナ
29	日	マカロニみたらし	粥	米	ベビースティック
		マカロニ・醤油・三温糖・片栗粉	鶏肉の煮物 ブロッコリーの白和え 玉ねぎのすまし汁	鶏もも肉・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖 ブロッコリー・もやし・人参・木綿豆腐・味噌・三温糖 玉ねぎ・だし・醤油	うるち米・米澱粉・とうもろこし澱粉・砂糖・塩・サンゴ末焼成カルシウム
30	月	豆乳ゼリー	和風パスタ	スパゲティ・玉ねぎ・ほうれん草・醤油	きな粉粥
		豆乳・三温糖・ゼラチン	グリルチキン バナナ	鶏ささ身・塩 バナナ	米・きな粉・三温糖