

# 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月	マカロニみたらし牛乳(午前)	ゆかりごはん ささみカツ さつまいもとブロッコリーのごま和え きのこのすまし汁	キャロットケーキ牛乳(午後)	555.2(513.1) 23.8(23.3) 13.6(12.6) 0.9(1.1)	半つき米、さつまいも、◎薄力粉、薄力粉、パン粉、油、◎三温糖、◎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、卵、◎牛乳	◎にんじん、にんじん、たまねぎ、しめじ、しいたけ、ブロッコリー、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火	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)	502.8(462.4) 21.0(18.9) 16.3(16.3) 1.5(1.2)	半つき米、◎三温糖、はるさめ、◎無塩バター、◎焼ふ、◎三温糖	◎牛乳、豚肉(もも)、◎豆乳、卵、◎生クリーム、ハム、◎ゼラチン、◎牛乳	たまねぎ、◎オレンジジュース、きゅうり、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、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水	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	既製品おやつ牛乳(午後)	445.2(407.3) 19.1(17.4) 16.1(14.5) 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、◎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木	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)	511.1(472.9) 23.2(22.1) 14.4(13.5) 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	◎牛乳、さけ、牛乳、ベーコン、脱脂粉乳、◎淡色みそ、◎牛乳	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		
05金	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(499.8) 17.7(16.0) 15.8(14.3) 1.2(1.0)	半つき米、◎食パン、じゃがいも、◎三温糖、◎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	カレーウ、食塩		
06土	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)	498.5(471.9) 19.9(19.2) 15.6(15.6) 0.8(0.8)	半つき米、さつまいも、◎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、ほうさい、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		
07日	ビスケットのジャムのせ牛乳(午前)	ごはん 鶏の肉じゃが しらす和え ごぼうの味噌汁	既製品おやつ牛乳(午後)	433.0(413.4) 17.6(15.8) 10.2(10.3) 0.9(0.8)	半つき米、じゃがいも、三温糖、油	◎牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、淡色みそ、しらす干し、◎牛乳	にんじん、もやし、キャベツ、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月	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	フルーツグラタン牛乳(午後)	541.3(515.2) 26.4(24.8) 16.6(16.5) 1.8(1.7)	半つき米、◎薄力粉、◎三温糖、片栗粉、三温糖	◎牛乳、たら、卵、◎生クリーム、鶏もも肉、木綿豆腐、◎卵、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、◎バナナ、ゆりね、◎もも缶(白桃)、◎キウイフルーツ、葉ねぎ、板こんにゃく、しいたけ、白ネギ、	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火	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 さつまいもとクリームチーズのサラダ 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、さつまいも、◎三温糖、マヨネーズ、無塩バター、油、◎ホットケーキ粉	◎牛乳、豆腐、鶏もも肉、ベーコン、クリームチーズ、マヨネーズ、無塩バター、◎きな粉、◎牛乳	にんじん、ほうれん草、たまねぎ、しめじ、	酢、コンソメ、しょうゆ、食塩		
10水	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、しゅうまいの皮、◎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、◎牛乳	りんご、たまねぎ、キャベツ、にんじん、もやし、◎ブルーベリー、とうもろこし、グリーンピース、しょうが、◎黒ごま	中華だしの素、しょうゆ、食塩		
11木	みかן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)	535.8(478.3) 18.3(17.2) 18.6(17.4) 1.7(1.4)	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、ベーコン、◎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、ブロッコリー、カリフラワー、トマト、うめひしお、◎ごま、◎みかん缶	酢、◎しょうゆ、コンソメ、食塩、◎食塩		
12金	ぶどうゼリー牛乳(午前)	ごはん 鶏バーの旨煮 にんじんと竹輪の白和え なすの味噌汁	レーズンクッキー牛乳(午後)	526.5(474.4) 22.1(20.1) 15.1(13.7) 1.6(1.3)	半つき米、◎ホットケーキ粉、◎上新粉、無塩バター、◎三温糖、マカロニ、三温糖、油、パン粉、マヨネーズ	◎牛乳、木綿豆腐、鶏レバー、◎上粉、◎三温糖、◎卵、◎牛乳、◎三温糖	にんじん、たまねぎ、ほうれん草、板こんにゃく、ちくわ、なす、ごぼう、葉ねぎ、ひじき、しょうが、◎ごま、◎ぶどうジュース、◎干しぶどう	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん		
13土	じゃこトースト牛乳(午前)	ピラフ 鶏肉と野菜の甘酢炒め ブロッコリーサラダ 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、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、◎牛乳、◎チーズ、◎しらす干し	ブロッコリー、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)、ピーマン	コンソメ、ケチャップ、食塩、◎しょうゆ		
14日	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 長芋の味噌汁	既製品おやつ牛乳(午後)	434.8(416.8) 17.9(17.2) 13.6(13.4) 0.8(0.7)	半つき米、ながいも、三温糖	◎牛乳、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)、◎バナナ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩		
15月	いちごヨーグルト牛乳(午前)	黒糖パン カレーのパン粉焼き りっちゃん元気サラダ マカロニスープ	豆腐スフレ牛乳(午後)	542.6(497.0) 24.2(22.5) 18.9(18.2) 1.9(1.6)	強力粉、じゃがいも、黒砂糖、◎無塩バター、◎三温糖、マカロニ、三温糖、油、パン粉、マヨネーズ	◎牛乳、◎豆乳、◎木綿豆腐、◎卵、ハム、ベーコン、脱脂粉乳、◎牛乳、◎ヨーグルト(無糖)、粉チーズ、カレールウ	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、塩こんぶ、◎オレンジジュース、◎いちごジャム	コンソメ、酢、しょうゆ、ドライイースト、食塩		
16火	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)	498.1(496.7) 20.3(19.7) 13.2(13.8) 1.4(1.3)	半つき米、◎白玉粉、◎さつまいも、さつまいも、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	にんじん、キャベツ、白ネギ、きゅうり、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水	ココア豆牛乳(午前)	ごはん レンコンのはさみ焼き 柿の白和え(奈良県) 飛鳥汁(奈良県)	きな粉塩クッキー牛乳(午後)	569.1(521.6) 20.1(20.8) 16.3(16.0) 1.3(1.3)	半つき米、◎薄力粉、◎無塩バター、◎三温糖、三温糖、薄力粉、◎三温糖	◎牛乳、鶏ひき肉、木綿豆腐、牛乳、ちくわ、淡色みそ、◎大豆水煮缶、◎牛乳、◎きな粉	れんこん、ほうれん草、たまねぎ、かき、にんじん、だいこん、板こんにゃく、白ネギ、ひじき、しょうが、ごま	かつお・昆布だし汁、本みりん、しょうゆ、食塩	郷土料理(奈良県)	
18木	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 クルトンサラダ 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、クルトン、◎無塩バター、薄力粉、◎三温糖、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)、チーズ、◎脱脂粉乳、◎牛乳	キャベツ、きゅうり、にんじん、たまねぎ、チンゲン菜、しめじ、ホールトマト缶詰、◎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金	ココア蒸しパン牛乳(午前)	マーマレード もやしサラダ(中華) 中華スープ キウイフルーツ	かぼちゃプリン牛乳(午後)	534.5(521.6) 21.8(20.3) 17.9(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、◎牛乳	キウイフルーツ、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土	ブルーチェ風牛乳(午前)	ごはん ボークビーンズ コーンサラダ クラムチャウダー風スープ	ひじき入りおやき牛乳(午後)	543.9(533.0) 22.6(24.2) 13.2(14.6) 2.4(2.0)	半つき米、◎半つき米、じゃがいも、マヨネーズ、パン粉、薄力粉	◎牛乳、大豆水煮、豚肉(もも)、牛乳、しほえび、◎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、ホールトマト	ケチャップ、コンソメ、◎食塩、◎コンソメ、食塩、パセリ粉		
21日	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	既製品おやつ牛乳(午後)	434.1(422.2) 17.7(16.9) 10.6(12.3) 1.1(1.0)	半つき米、じゃがいも、三温糖、油、◎無塩バター、◎焼ふ、◎三温糖	◎牛乳、鶏もも肉、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、しめじ、みつば、とうもろこし、ブロッコリー	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月	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	バナナマフィン牛乳(午後)	549.0(512.6) 20.5(19.6) 16.7(16.4) 1.3(1.1)	半つき米、◎薄力粉、◎三温糖、三温糖、◎無塩バター、油、◎三温糖	◎牛乳、豚肉(もも)、生揚げ、◎卵、ベーコン、ツナ水煮缶、◎牛乳、◎ヨーグルト(無糖)	キャベツ、たまねぎ、◎バナナ、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、◎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		

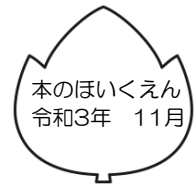
# 献立表

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				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	
23 火	コーンケーキ 牛乳(午前)	ごはん 鶏肉とごぼうの卵とじ煮 白菜としらすの和え物 きのこの味噌汁	既製品おやつ 牛乳(午後)	395.7(416.9) 17.6(17.7) 10.6(11.7) 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、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 水	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、みつば、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 木	餃子のフルーツ焼き 牛乳(午前)	ホットドック ミートソースグラタン ゆずドレッシングサラダ みかん	モンブラン(さつまいも) 牛乳(午後)	576.5(543.5) 20.4(18.3) 20.6(20.6) 1.6(1.3)	コッペパン、じゃがいも、◎さつまいも、◎薄力粉、◎三温糖、パン粉、無塩バター、三温糖、◎油、◎くりの甘露煮、油、◎無塩バター、◎三温糖、◎さよざの皮	◎牛乳、豚ひき肉、◎卵、ウインナーソーセージ、◎生クリーム、牛乳、チーズ、◎牛乳	みかん、たまねぎ、ほくさい、ホールトマト缶詰、にんじん、キャベツ、きゅうり、グリーンピース(冷凍)、ゆず果汁、◎バナナ	ケチャップ、しょうゆ、食塩	誕生会
26 金	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(453.7) 21.4(20.8) 10.4(12.0) 1.2(1.2)	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 土	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)	541.8(493.0) 22.6(19.6) 14.9(13.5) 1.5(1.2)	半つき米、◎ぎょうざの皮、片栗粉、薄力粉、◎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 日	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	既製品おやつ 牛乳(午後)	451.8(457.4) 18.5(17.7) 12.7(12.5) 1.3(1.3)	半つき米、じゃがいも、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、◎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 月	マカロニボリタン 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	牛乳くずもち 牛乳(午後)	479.4(451.2) 20.7(19.2) 12.6(12.9) 1.4(1.2)	半つき米、◎片栗粉、◎三温糖、◎黒砂糖、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、◎きな粉、◎牛乳、◎ベーコン	にんじん、もやし、ブロッコリー、たまねぎ、れんこん、ごぼう、板こんにやく、みつば、しいたけ、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 火	オレンジゼリー 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)	510.1(451.3) 26.3(23.6) 13.7(12.5) 1.2(1.0)	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)、◎ベーコン、◎きな粉、スライスチーズ、◎牛乳、◎セラチン	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、◎オレンジジュース	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。

ごはん

# 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
	粥 豆腐 さつまいも	粥 もやし きゅうり	粥 大根 人参	粥 じゃがいも ブロッコリー	粥 さつまいも キャベツ	粥 里芋 小松菜
7	8	9	10	11	12	13
粥 じゃがいも 人参	粥 大根 豆腐	粥 ほうれん草 人参	粥 さつまいも キャベツ	粥 かぼちゃ カリフラワー	粥 豆腐 ほうれん草	粥 人参 ブロッコリー
14	15	16	17	18	19	20
粥 ほうれん草 きゅうり	粥 人参 キャベツ	粥 豆腐 里芋	粥 ほうれん草 大根	粥 キャベツ チンゲンサイ	粥 豆腐 きゅうり	粥 じゃがいも トマト
21	22	23	24	25	26	27
粥 かぶ きゅうり	粥 きゅうり キャベツ	粥 白菜 人参	粥 さつまいも 豆腐	粥 白菜 じゃがいも	粥 里芋 人参	粥 きゅうり もやし
28	29	30				
粥 豆腐 じゃがいも	粥 ブロッコリー もやし	粥 ほうれん草 バナナ				

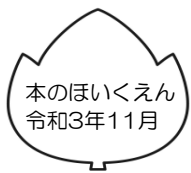
# 11月の離乳食 中期（もぐもぐ）



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	月	粥	米	キャラットケーキ 人参・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
		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	火	粥	米	オレンジゼリー オレンジジュース・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	水	粥	米	既製品おやつ
		おからハンバーグ	おから・豚ひき肉・鶏ひき肉・玉ねぎ・塩	
		かぶのスープ	かぶ・醤油	
4	木	粥	米	味噌粥 米・だし・味噌
		鮭のあんかけ	鮭・だし・醤油・片栗粉	
		オニオンスープ	玉ねぎ・ブロッコリー・醤油	
5	金	粥	米	スティックパン 食パン
		豚肉の煮物	豚肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・だし・醤油・三温糖	
		柿	柿	
6	土	粥	米	豆乳ゼリー 豆乳・三温糖・ゼラチン
		里芋のそぼろ煮	里芋・鶏ひき肉・人参・大根・だし・醤油・三温糖	
		玉ねぎのお吸い物	玉ねぎ・だし・醤油	
7	日	粥	米	既製品おやつ
		鶏の肉じゃが	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	月	人参粥	米・人参	キウイ キウイ
		たらのみぞれあんかけ	たら・大根・だし・醤油・片栗粉	
		けんちん汁	大根・人参・豆腐・だし・醤油	
9	火	粥	米	豆乳ゼリー 豆乳・三温糖・ゼラチン
		鶏肉とほうれん草の煮物	鶏肉・ほうれん草・人参・だし・醤油・三温糖	
		豆乳スープ	玉ねぎ・キャベツ・人参・豆乳・醤油	
10	水	くたくたラーメン	中華麺・豚肉・キャベツ・人参・玉ねぎ・もやし・だし・醤油	ヨーグルト ヨーグルト・三温糖
		ハンバーグ	豚ひき肉・玉ねぎ・塩	
		りんごのコンポート	りんご・三温糖	
11	木	粥	米	きな粉粥 米・きな粉・三温糖
		かぼちゃの煮物	かぼちゃ・豚ひき肉・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖	
		キャベツのスープ	キャベツ・玉ねぎ・人参・醤油	
12	金	粥	米	プレーンケーキ 薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
		鶏肉の煮物	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	土	野菜粥	米・人参・玉ねぎ	蒸しパン 薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
		鶏肉と野菜の煮物	鶏肉・玉ねぎ・にんじん・だし・醤油・三温糖	
		ほうれん草のスープ	ほうれん草・玉ねぎ・醤油	
14	日	粥	米	既製品おやつ
		切り干し大根の煮物	鶏肉・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	月	粥	米	豆腐ケーキ 豆腐・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
		カレイのあんかけ	カレイ・だし・醤油・片栗粉	
		マカロニスープ	マカロニ・人参・玉ねぎ・醤油	

16	火	粥	米	蒸しさつまいも
		豆腐の煮物	豆腐・鶏ひき肉・人参・だし・醤油・三温糖	さつまいも
		具沢山味噌汁	人参・里芋・もやし・だし・味噌	
17	水	粥	米	きな粉ケーキ
		ハンバーグ	鶏ひき肉・玉ねぎ・塩	きな粉・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
		飛鳥汁	大根・人参・豆乳・だし・味噌	
18	木	粥	米	プレーンケーキ
		鶏肉の煮物	鶏肉・玉ねぎ・人参・だし・醤油・三温糖	薄力粉・木綿豆腐・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	金	粥	米	かぼちゃゼリー
		豆腐の煮物	豆腐・豚ひき肉・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖	かぼちゃ・豆乳・三温糖・ゼラチン
		玉ねぎのスープ	玉ねぎ・醤油	
20	土	粥	米	野菜粥
		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	米・玉ねぎ・人参
		豆乳スープ	玉ねぎ・じゃがいも・人参・醤油	
21	日	粥	米	既製品おやつ
		鶏肉の煮物	鶏肉・ブロッコリー・じゃがいも・玉ねぎ・人参・だし・醤油・三温糖	
		玉ねぎのお吸い物	玉ねぎ・だし・醤油	
22	月	粥	米	バナナケーキ
		豚肉の煮物	豚肉・玉ねぎ・人参・だし・醤油・三温糖	バナナ・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
		玉ねぎのスープ	玉ねぎ・醤油	
23	火	粥	米	既製品おやつ
		鶏肉の煮物	鶏肉・玉ねぎ・人参・だし・醤油・三温糖	
		玉ねぎの味噌汁	玉ねぎ・だし・味噌	
24	水	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	食パン
		豆腐のすまし汁	豆腐・玉ねぎ・だし・醤油	
25	木	野菜粥	米・玉ねぎ・キャベツ	さつまいもケーキ
		豚ひき肉の煮物	豚ひき肉・玉ねぎ・じゃがいも・人参・だし・醤油・三温糖	さつまいも・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
		みかん	みかん	
26	金	粥	米	小松菜のケーキ
		たらのあんかけ	たら・人参・だし・醤油・片栗粉	小松菜・豆腐・薄力粉・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	土	粥	米	豆乳ケーキ
		豚ひき肉の煮物	豚ひき肉・玉ねぎ・人参・だし・醤油・三温糖	薄力粉・木綿豆腐・三温糖・ベーキングパウダー・豆乳
		豚ひき肉と玉ねぎのスープ	豚ひき肉・玉ねぎ・醤油	
28	日	粥	米	既製品おやつ
		鶏肉のクリーム煮	鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃがいも・豆乳・醤油・片栗粉	
		野菜スープ	玉ねぎ・人参・キャベツ・じゃがいも・醤油	
29	月	粥	米	豆乳ゼリー
		鶏肉の煮物	鶏肉・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖	豆乳・三温糖・ゼラチン
		玉ねぎのすまし汁	玉ねぎ・だし・醤油	
30	火	和風パスタ	スパゲティ・玉ねぎ・ほうれん草・だし・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	
		献立名 原材料	献立名	原材料名	献立名 原材料
1	月	マカロニみたらし マカロニ・醤油・三温糖・片栗粉	粥 グリルチキン さつまいもの和え物 豆腐のすまし汁	米 鶏ささ身・塩 さつまいも・ブロッコリー・人参・塩 豆腐・玉ねぎ・だし・醤油	キャロットケーキ 人参・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
2	火	麩のミルク煮 麩・スキムミルク	粥 豚肉の煮物 春雨サラダ 玉ねぎのスープ	米 豚肉・玉ねぎ・もやし・だし・醤油・三温糖 春雨・きゅうり・人参・醤油 玉ねぎ・醤油	オレンジゼリー オレンジジュース・三温糖・ゼラチン
3	水	りんごゼリー りんごジュース・三温糖・ゼラチン	粥 おからハンバーグ 大根と水菜のサラダ かぶのスープ	米 おから・豚ひき肉・鶏ひき肉・玉ねぎ・塩 大根・水菜・人参・醤油 かぶ・醤油	既製品おやつ
4	木	バナナ バナナ	粥 鮭のあんかけ キャベツサラダ オニオンスープ	米 鮭・だし・醤油・片栗粉 キャベツ・きゅうり・人参・醤油 玉ねぎ・ブロッコリー・醤油	味噌粥 米・だし・味噌
5	金	フルーツきんとん さつまいも・りんご・三温糖	粥 豚肉の煮物 キャベツサラダ 柿	米 豚肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・だし・醤油・三温糖 キャベツ・玉ねぎ・人参・醤油 柿	スティックパン 食パン
6	土	ヨーグルト ヨーグルト・三温糖	粥 里芋のそぼろ煮 小松菜の和え物 玉ねぎのお吸い物	米 里芋・鶏ひき肉・人参・大根・だし・醤油・三温糖 小松菜・白菜・醤油 玉ねぎ・だし・醤油	豆乳ゼリー 豆乳・三温糖・ゼラチン
7	日	麩のミルク煮 麩・スキムミルク	粥 鶏の肉じゃが キャベツの和え物 豆腐の味噌汁	米 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	既製品おやつ
8	月	バナナ バナナ	人参粥 たらのみぞれあんかけ 鶏肉の煮物 けんちん汁	米・人参 たら・大根・だし・醤油・片栗粉 鶏肉・だいこん・にんじん・だし・醤油・三温糖 大根・人参・豆腐・だし・醤油	キウイ キウイ
9	火	蒸しパン 薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳	粥 鶏肉とほうれん草の煮物 さつまいもの和え物 豆乳スープ	米 鶏肉・ほうれん草・人参・だし・醤油・三温糖 さつまいも・玉ねぎ・人参・塩 玉ねぎ・キャベツ・人参・豆乳・醤油	豆乳ゼリー 豆乳・三温糖・ゼラチン
10	水	蒸しさつまいも さつまいも	くたくたラーメン ハンバーグ 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・醤油 豚ひき肉・玉ねぎ・塩 りんご・三温糖	ヨーグルト ヨーグルト・三温糖
11	木	ヨーグルト ヨーグルト・三温糖	粥 かぼちゃの煮物 カラフルサラダ キャベツのスープ	米 かぼちゃ・豚ひき肉・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖 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	きな粉粥 米・きな粉・三温糖
12	金	ぶどうゼリー ぶどうジュース・三温糖・ゼラチン	粥 鶏肉の煮物 人参の白和え なすの味噌汁	米 鶏肉・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖 人参・ほうれん草・豆腐・醤油 なす・玉ねぎ・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
13	土	スティックパン 食パン	野菜粥 鶏肉と野菜の煮物 ブロッコリーサラダ ほうれん草のスープ	米・人参・玉ねぎ 鶏肉・玉ねぎ・にんじん・だし・醤油・三温糖 ブロッコリー・人参・きゅうり・醤油 ほうれん草・玉ねぎ・醤油	蒸しパン 薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
14	日	バナナ バナナ	粥 切り干し大根の煮物 納豆和え 玉ねぎの味噌汁	米 鶏肉・切り干し大根・人参・だし・醤油・三温糖 納豆・ほうれん草・人参・きゅうり・醤油 玉ねぎ・だし・味噌	既製品おやつ
15	月	ヨーグルト ヨーグルト・三温糖	粥 カレイのあんかけ キャベツの和え物 マカロニスープ	米 カレイ・だし・醤油・片栗粉 キャベツ・きゅうり・人参・トマト・醤油 マカロニ・人参・玉ねぎ・醤油	豆腐ケーキ 豆腐・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳

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	火	プレーンケーキ	粥	米	蒸しさつまいも
		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 具沢山味噌汁	豆腐・鶏ひき肉・人参・だし・醤油・三温糖 キャベツ・きゅうり・人参・醤油 人参・里芋・もやし・だし・味噌	さつまいも
17	水	麩のミルク煮	粥	米	きな粉ケーキ
		麩・スキムミルク	ハンバーグ 柿の白和え 飛鳥汁	鶏ひき肉・玉ねぎ・塩 柿・ほうれん草・豆腐・醤油 大根・人参・豆乳・だし・味噌	きな粉・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
18	木	オレンジゼリー	粥	米	プレーンケーキ
		オレンジジュース・三温糖・ゼラチン	鶏肉の煮物 キャベツサラダ チンゲンサイのスープ	鶏肉・玉ねぎ・人参・だし・醤油・三温糖 キャベツ・人参・きゅうり・醤油 チンゲンサイ・人参・醤油	薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
19	金	蒸しパン	粥	米	かぼちゃゼリー
		薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳	豆腐の煮物 もやしサラダ 玉ねぎのスープ	豆腐・豚ひき肉・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖 もやし・きゅうり・人参・醤油 玉ねぎ・醤油	かぼちゃ・豆乳・三温糖・ゼラチン
20	土	豆乳ゼリー	粥	米	野菜粥
		豆乳・三温糖・ゼラチン	豚肉と大豆の煮物 キャベツサラダ 豆乳スープ	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・人参・きゅうり・醤油 玉ねぎ・じゃがいも・人参・醤油	米・玉ねぎ・人参
21	日	麩のミルク煮	粥	米	既製品おやつ
		麩・スキムミルク	鶏肉の煮物 かぶの和え物 玉ねぎのお吸い物	鶏肉・ブロッコリー・じゃがいも・玉ねぎ・人参・だし・醤油・三温糖 かぶ・きゅうり・人参・醤油 玉ねぎ・だし・醤油	
22	月	ヨーグルト	粥	米	バナナケーキ
		ヨーグルト・三温糖	豚肉の煮物 キャベツサラダ 玉ねぎのスープ	豚肉・玉ねぎ・にんじん・だし・醤油・三温糖 キャベツ・きゅうり・人参・醤油 玉ねぎ・醤油	バナナ・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
23	火	プレーンケーキ	粥	米	既製品おやつ
		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	
24	水	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 もやし・人参・醤油 豆腐・玉ねぎ・だし・醤油	食パン
25	木	バナナ	野菜粥	米・玉ねぎ・キャベツ	さつまいもケーキ
		バナナ	豚ひき肉の煮物 白菜サラダ みかん	豚ひき肉・玉ねぎ・じゃがいも・人参・だし・醤油・三温糖 白菜・人参・きゅうり・玉ねぎ・醤油 みかん	さつまいも・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
26	金	スティックパン	粥	米	小松菜のケーキ
		食パン	たらのあんかけ 里芋のサラダ 五目汁	たら・人参・だし・醤油・片栗粉 里芋・人参・きゅうり・玉ねぎ・醤油 大豆・人参・じゃがいも・だし・醤油	小松菜・豆腐・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳
27	土	りんごのコンポート	粥	米	豆乳ケーキ
		りんご・三温糖	豚ひき肉の煮物 鶏ささ身ときゅうりの和え物 豚ひき肉と玉ねぎのスープ	豚ひき肉・玉ねぎ・人参・だし・醤油・三温糖 鶏ささ身・きゅうり・人参・もやし・醤油 豚ひき肉・玉ねぎ・醤油	薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・豆乳
28	日	豆腐ケーキ	粥	米	かぼちゃポーロ
		豆腐・薄力粉・三温糖・ベーキングパウダー・牛乳	鶏肉のクリーム煮 豆サラダ 野菜スープ	鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃがいも・豆乳・醤油・片栗粉 大豆・キャベツ・人参・水菜・醤油 玉ねぎ・人参・キャベツ・じゃがいも・醤油	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
29	月	マカロニきな粉	粥	米	豆乳ゼリー
		マカロニ・きな粉・三温糖	鶏肉の煮物 ブロッコリーの白和え 玉ねぎのすまし汁	鶏肉・人参・玉ねぎ・だし・醤油・三温糖 ブロッコリー・もやし・人参・豆腐・醤油 玉ねぎ・だし・醤油	豆乳・三温糖・ゼラチン
30	火	オレンジゼリー	和風パスタ グリルチキン バナナ	スパゲティ・玉ねぎ・ほうれん草・だし・醤油 鶏ささ身・塩 バナナ	きな粉粥
		オレンジジュース・三温糖・ゼラチン			米・きな粉・三温糖