

# 令和6年11月 離乳食献立表

久良岐保育園

日		前期 (5~6ヶ月)	中期・後期 (7~8・9~11ヶ月)	完了期 (12~18ヶ月)	おやつ	日		前期 (5~6ヶ月)	中期・後期 (7~8・9~11ヶ月)	完了期 (12~18ヶ月)	おやつ
1	金	10倍がゆ 鶏そぼろのとりとろ さつま芋のとりとろ	おかゆ/軟飯 大根の鶏そぼろ煮/大根入りつくね さつま芋のマッシュ 人参とねぎの味噌汁	ごはん 豚ももの煮物(生姜なし) さつま芋の甘煮 具だくさん味噌汁	南瓜サンド	19	みかん	10倍がゆ 鶏そぼろのとりとろ 人参のとりとろ	おかゆ/軟飯 人参の鶏そぼろ煮/人参と肉団子の煮物 蒸しかぼちゃ カリフラワーのポタージュ	ごはん ミートローフ風ハンバーグ ゆでブロッコリーとカリフラワー 人参スープ	おたのしみおやつ
2	土	ハイハイ ビスケット	おかゆ/軟飯 高野豆腐の煮物 ゆで人参 じゃが芋と玉葱の味噌汁	チキンライス ポテトサラダ チンゲン菜スープ	ハイハイ ビスケット	20	バナナ	10倍がゆ さつま芋ときな粉のとりとろ 白菜のとりとろ	おかゆ/軟飯 白菜の鶏そぼろ煮/白菜とつくねの煮物 ゆで人参 さつま芋とねぎの味噌汁	ごはん 豚肉と白菜の蒸し煮(にんにくなし) 切り干しサラダ(お酢無し) さつま芋とねぎの味噌汁	南瓜蒸しパン
5	火	バナナ	10倍がゆ 豆腐のとりとろ 南瓜のとりとろ	おかゆ/軟飯 ささみの煮物 ゆでブロッコリー 豆腐と玉葱の味噌汁	ごはん タンダーチキン風(生姜・カレー粉なし) コーンブロッコリー 豆腐スープ	21	オレンジ	10倍がゆ 豆腐のとりとろ 人参のとりとろ	おかゆ/軟飯 人参と大根と豆腐の煮物 小松菜和え もやしと玉葱の味噌汁	ごはん 厚揚げと大根の煮物 小松菜とハムの胡麻和え オニオンスープ	米粉クリーム 米粉クリーム カルシウムせんべい
6	水	オレンジ	10倍がゆ 鶏そぼろのとりとろ 人参のとりとろ	おかゆ/軟飯 鶏挽マーボ豆腐 ゆで人参 ねぎと南瓜の味噌汁	ごはん マーボ豆腐風 春雨サラダ(お酢なし) わかめとねぎのスープ	22	ハイハイ ビスケット	10倍がゆ 鶏そぼろのとりとろ キャベツのとりとろ	おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮/つくね キャベツ和え 南瓜のポタージュ バナナ	ごはん ハムと野菜のケチャップ炒め コールスローサラダ 南瓜のポタージュ バナナ	きなこサンド
7	木	ハイハイ ビスケット	10倍がゆ 人参ときな粉のとりとろ 里芋のとりとろ	おかゆ/軟飯 豆腐の煮物/豆腐ステーキ さつま芋和え 大根とねぎの味噌汁	ごはん 豆腐ステーキ さつま芋のごま和え 豚汁(こんにゃく無し)	25	ヨーグルト	10倍がゆ 人参ときな粉のとりとろ 南瓜のとりとろ	おかゆ/軟飯 白菜と鶏そぼろ煮/鶏肉ハンバーグ ブロッコリー和え 玉葱と人参の味噌汁	ごはん すき焼き風(しらたき無し) ブロッコリーのドレッシング和え(お酢なし) えのきと舞茸の味噌汁	煮込みうどん (人参・もやし) 焼きうどん (挽肉・もやし・ニラ)
8	金	バナナ	10倍がゆ 白身魚のとりとろ ほうれん草のとりとろ	おかゆ/軟飯 白身魚の煮付け ほうれん草和え 豆腐とねぎの味噌汁	ごはん 白身魚のオーロラソースがけ 鉄骨サラダ(お酢無し) なめこ汁	26	バナナ	10倍がゆ 南瓜ときな粉のとりとろ キャベツのとりとろ	おかゆ/軟飯 ブロッコリーとささみの煮物 南瓜マッシュ キャベツと玉葱の味噌汁	ごはん 鶏肉とブロッコリーのケチャップ煮 かぼちゃサラダ キャベツスープ	かぼちゃサンド ジャムサンド
9	土	ハイハイ ビスケット	おかゆ/軟飯 高野豆腐の煮物 キャベツ和え 南瓜の味噌汁 バナナ	ごはん 青椒肉絲 キャベツとベーコンのソテー にらと人参のスープ バナナ	ハイハイ ビスケット	27	オレンジ	10倍がゆ さつま芋ときな粉のとりとろ ほうれん草のとりとろ	おかゆ/軟飯 鶏レバーの甘辛煮 ほうれん草和え 人参ともやしの味噌汁	ごはん 鶏レバーの甘辛煮 納豆和え ねぎとえのきのすまし汁	ふかし芋 大学芋風
11	月	ヨーグルト	10倍がゆ さつま芋ときな粉のとりとろ 人参のとりとろ	おかゆ/軟飯 玉葱とささみの煮物 さつま芋マッシュ 人参とチンゲン菜の味噌汁	ごはん 鶏肉とさつま芋の旨煮風 もやしのじゃこ和え にらと舞茸と玉葱の味噌汁	28	ハイハイ ビスケット	10倍がゆ 南瓜ときな粉のとりとろ 人参のとりとろ	おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮/つくね マカロニと人参のマヨドレ和え 人参のポタージュ バナナ	ごはん 豚肉と野菜の煮物 マカロニサラダ 人参のポタージュ バナナ	南瓜蒸しパン 南瓜バンケーキ
12	火	バナナ	10倍がゆ 鶏そぼろのとりとろ 白菜のとりとろ	おかゆ/軟飯 人参の鶏そぼろ煮/人参と肉団子の煮物 白菜和え 南瓜のポタージュ	ごはん 人参と肉団子の煮物 白菜サラダ(お酢なし) 麩とわかめの味噌汁	29	ふかし芋	10倍がゆ 鶏そぼろのとりとろ チンゲン菜のとりとろ	おかゆ/軟飯 チンゲン菜の鶏そぼろ煮/チンゲン菜とつくねの煮物 蒸しかぼちゃ 人参ともやしの味噌汁	ごはん 豚肉の西京焼き チンゲン菜の炒め風サラダ キャベツと麩の味噌汁	きな粉豆乳ゼリー
13	水	ハイハイ ビスケット	10倍がゆ 人参ときな粉のとりとろ キャベツのとりとろ	おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮/つくね キャベツ和え 人参とねぎの味噌汁 バナナ	ごはん マカロニグラタン キャベツサラダ(レモン無し) 人参とねぎの味噌汁 バナナ	30	ハイハイ ビスケット		おかゆ/軟飯 高野豆腐の煮物 ゆで人参 じゃが芋と玉葱の味噌汁	ごはん 高野豆腐の煮物 キャベツとウインナーのソテー ポテトスープ	ハイハイ ビスケット
14	木	オレンジ	10倍がゆ 豆腐のとりとろ チンゲン菜のとりとろ	おかゆ/軟飯 チンゲン菜と豆腐の煮物 ゆで人参 ねぎとキャベツの味噌汁	ごはん 豆腐の中華煮 大根炒め風サラダ わかめとねぎのスープ						
15	金	バナナ	10倍がゆ 高野豆腐のとりとろ 人参のとりとろ	おかゆ/軟飯 白身魚の煮付け 蒸しかぼちゃ 人参とねぎの味噌汁	ごはん 鮭の塩焼き 高野豆腐とひじきの含め煮 花麩とねぎのすまし汁						
16	土	ハイハイ ビスケット	おかゆ/軟飯 高野豆腐の煮物 蒸しかぼちゃ 人参とチンゲン菜の味噌汁	ごはん ドライカレー風(カレー粉なし) 南瓜の煮物 人参とチンゲン菜の味噌汁	カップヨーグルト ハイハイ カップヨーグルト ビスケット						
18	月	ヨーグルト	10倍がゆ 南瓜ときな粉のとりとろ キャベツのとりとろ	おかゆ/軟飯 ささみの煮物 キャベツ和え ねぎと里芋の味噌汁	ごはん 鶏肉の照り焼き 和風サラダ(お酢なし) いもこ汁(こんにゃくなし)						