



2025年度 11月離乳食献立表



芦花の丘かたるば保育園

	中期	後期	完了期	主な材料				中期	後期	完了期	主な材料		
				エネルギー	パワー	ヘルシー					エネルギー	パワー	ヘルシー
1 15 29 (土)	鶏じゃがうどん 茹でブロッコリー 野菜スープ(汁のみ)	鶏じゃがうどん 茹でブロッコリー 野菜スープ(汁のみ) 果物	鶏じゃがうどん 茹でブロッコリー 野菜スープ(汁のみ) 果物	うどん じゃがいも 片栗粉 小麦粉	鶏肉 豆腐 おから 味噌 牛乳	玉ねぎ 人参 ブロッコリー キャベツ 長ねぎ	8 22 (土)	彩りそうめん 焼きかぼちゃ 野菜スープ(汁のみ)	彩りそうめん 焼きかぼちゃ 野菜スープ(汁のみ) 果物	彩りそうめん 焼きかぼちゃ 野菜スープ(汁のみ) 果物	素麺 片栗粉 小麦粉	鶏肉 豆腐 チーズ きな粉 牛乳	パプリカ ピーマン 玉ねぎ かぼちゃ キャベツ 長ねぎ
			ソフトクッキー 牛乳							きな粉蒸しパン 牛乳			
17 (月)	ごはん 肉豆腐 里芋のチーズ和え 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 豚つくね 里芋のチーズ和え かぼちゃの味噌汁 果物	ごはん 豚つくね 里芋のチーズ和え かぼちゃの味噌汁 果物	米 片栗粉 里芋 パン	豚肉 豆腐 チーズ 味噌 牛乳	人参 玉ねぎ かぼちゃ なす 長ねぎ バナナ	10 (月)	パン 鶏肉のトマト煮 かぶのサラダ さつまいものポタージュ	パン 鶏肉のトマト煮 かぶのサラダ さつまいものポタージュ 果物	パン 鶏肉のトマト煮 かぶのサラダ さつまいものポタージュ 果物	パン 片栗粉 さつまいも 米	鶏肉 おから かつお節 牛乳	玉ねぎ トマト かぶ 人参 ブロッコリー 長ねぎ
			バナナジャムサンド 牛乳							おかかおにぎり 牛乳			
4 18 (火)	ごはん 鶏そぼろ煮 大根のおひたし 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 鶏そぼろ煮 大根のおひたし 白菜のすまし汁 果物	ごはん 鶏そぼろ煮 大根のおひたし 白菜のすまし汁 果物	米 じゃがいも 片栗粉	鶏肉 焼き麩 かつお節 チーズ 牛乳	玉ねぎ 大根 人参 白菜 長ねぎ	25 (火)	ごはん チキン煮込み コールスローサラダ 野菜スープ(汁のみ)	ごはん チキンバーグ コールスローサラダ チンゲン菜スープ 果物	ごはん チキンバーグ コールスローサラダ チンゲン菜スープ 果物	米 片栗粉	鶏肉 豆腐 ツナ 牛乳	キャベツ きゅうり 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 長ねぎ 青のり
			ベイクドポテト 牛乳							青のりおにぎり 牛乳			
5 19 (水)	ごはん たらの昆布蒸し さつまいもの煮物 野菜スープ(汁のみ)	ごはん たらの昆布蒸し さつまいもの煮物 鶏汁 果物	ごはん たらの昆布蒸し さつまいもの煮物 鶏汁 果物	米 小麦粉 さつまいも	たら 味噌 鶏肉 牛乳	昆布 かぼちゃ キャベツ 人参 大根 長ねぎ	12 26 (水)	ごはん 蒸し鮭 小松菜の納豆和え 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 蒸し鮭 小松菜の納豆和え なすの味噌汁 果物	ごはん 蒸し鮭 小松菜の納豆和え なすの味噌汁 果物	米 さつまいも	鮭 納豆 おから 味噌 きな粉 牛乳	小松菜 人参 玉ねぎ なす 長ねぎ
			パンブキンケーキ 牛乳							黄金いも 牛乳			
6 20 (木)	肉うどん じゃがいものツナ和え 野菜スープ(汁のみ)	肉うどん じゃがいものツナ和え 野菜スープ(汁のみ) 果物	肉うどん じゃがいものツナ和え 野菜スープ(汁のみ) 果物	うどん 片栗粉 米 じゃがいも	豚肉 ツナ 鮭 牛乳	玉ねぎ 小松菜 人参 長ねぎ	13 27 (木)	里芋カレー風 白菜ときゅうりの磯和え 野菜スープ(汁のみ)	里芋カレー風 白菜ときゅうりの磯和え 野菜スープ(汁のみ) 果物	里芋カレー風 白菜ときゅうりの磯和え 野菜スープ(汁のみ) 果物	米 里芋 小麦粉 片栗粉	鶏肉 おから ツナ 牛乳	人参 トマト 玉ねぎ 白菜 きゅうり 青のり 長ねぎ
			鮭おにぎり 牛乳							ツナおやき 牛乳			
7 21 (金)	ごはん 鶏大根 キャベツの煮浸し 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 鶏大根 キャベツの煮浸し お麩の味噌汁 果物	ごはん 鶏大根 キャベツの煮浸し お麩の味噌汁 果物	米 片栗粉 さつまいも	鶏肉 豆腐 味噌 焼き麩 かつお節 牛乳	大根 玉ねぎ 人参 キャベツ チンゲン菜 長ねぎ	14 28 (金)	ごはん お麩と豚の煮物 キャベツとひじきの和え物 野菜スープ(汁のみ)	ごはん お麩と豚の煮物 キャベツとひじきの和え物 豆腐の味噌汁 果物	ごはん お麩と豚の煮物 キャベツとひじきの和え物 豆腐の味噌汁 果物	米 小麦粉 片栗粉	焼き麩 豚肉 豆腐 味噌 牛乳	白菜 キャベツ ひじき 人参 玉ねぎ 長ねぎ りんご
			焼きいも 牛乳							りんごパンケーキ 牛乳			

* 主食は離乳食の進み具合に応じ、つぶし粥、10倍粥、7倍粥、5倍粥、軟飯、ごはんを提供します。

* 上段が午前食、下段が午後補食です。完了期は午前補食を食べます。

* 離乳期は「主な材料」に記載されている食材から、離乳の段階や発達に合わせて提供します。

* 今月の魚は たら 鮭です。段階に応じ使用していきます。

* 今月の果物はバナナ・りんご・柑橘類等を予定しています。

* ご不明な点などありましたらお気軽にお尋ねください。

* 行事、材料等の都合により献立が変更することがありますのでご了承ください。

