

## 2020年度 11月 離乳食予定献立表

		1回食 (5・6か月)	2回食 (7~9か月)			1回食 (5・6か月)	2回食 (7~9か月)
2 16 30  (月)	午前		おかゆ みそ汁 豆腐青菜あんかけ さつまい煮	9  (月)	午前		おかゆ みそ汁 豆腐野菜煮 さつまい煮
	午後		おかゆ しらす野菜煮 くだもの		午後		おかゆ 野菜スープ しらす野菜煮 くだもの
17  (火)	午前		おかゆ 野菜スープ 鮭と大根の煮物 かぼちゃ煮	10 24  (火)	午前		おかゆ みそ汁 タラ おろし煮 かぼちゃ煮
	午後		おかゆ 野菜スープ おふ野菜煮 くだもの		午後		おかゆ 野菜スープ おふ野菜煮 くだもの
4 18  (水)	午前		おかゆ すまし汁 豆腐 白菜あん じゃが芋煮	11 25  (水)	午前		おかゆ コーンスープ 豆腐トマト煮 じゃが芋煮
	午後		おかゆ 野菜スープ 納豆野菜煮 くだもの		午後		おかゆ 野菜スープ しらす野菜煮 くだもの
5 19  (木)	午前		おかゆ みそ汁 しらすキャベツ煮 かぶ煮	12 26  (木)	午前		おかゆ すまし汁 タラ 白菜あん かぶ海苔煮
	午後		おかゆ 野菜スープ おふ野菜煮 くだもの		午後		おかゆ 野菜スープ 納豆野菜煮 くだもの
6 20  (金)	午前		おかゆ みそ汁 かじきと根菜煮 ブロッコリー煮	13 27  (金)	午前		おかゆ みそ汁 しらすと根菜の煮物 ブロッコリー煮
	午後		おかゆ 野菜スープ 納豆野菜煮 くだもの		午後		おかゆ 野菜スープ おふ野菜煮 くだもの
7 21  (土)	午前		おかゆ スープ しらす野菜煮 かぼちゃ煮	14 28  (土)	午前		みそにゅうめん タラ白菜あん かぼちゃ煮
	午後		おかゆ 野菜スープ おふ野菜煮 くだもの		午後		おかゆ 野菜スープ 納豆野菜煮 くだもの

\*離乳食に使用している食材 鮭ー北海道産、  
たらー北海道産、かじきー和歌山県産  
くだもの・野菜は東都生協のものを使用しています。



## 2020年度 11月 離乳食予定献立表

		3回食（10～12か月）	完了前期食（13～15か月）			3回食（10～12か月）	完了前期食（13～15か月）
2 16 30  (月)	午前	軟飯 みそ汁 豆腐青菜あんかけ さつまい煮	軟飯 みそ汁 さつまい焼きコロケ 小松菜海苔あえ	9  (月)	午前	軟飯 みそ汁 豆腐と鶏ひきの煮物 さつまい煮	軟飯 みそ汁 松風焼き さつまい煮 ごま和え
	午後	しらすと野菜のパスタ くだもの	マカロニきなこ クラッカー くだもの		午後	パン しらす野菜煮 くだもの	ホットドッグ クラッカー くだもの
17  (火)	午前	軟飯 野菜スープ 鮭と大根の煮物 かぼちゃ煮	ケチャップライス 豆乳シチュー 鮭玉ねぎソース マカロニサラダ	10 24  (火)	午前	軟飯 みそ汁 タラ おろし煮 かぼちゃ煮	軟飯 みそ汁 さわらおろし煮 切干サラダ
	午後	パン おふ野菜煮 くだもの	おふのきなこスナック 干し芋 くだもの		午後	鶏ひきと野菜のうどん おふ野菜煮 くだもの	芋煮風うどん きな粉棒 くだもの
4 18  (水)	午前	軟飯 すまし汁 豆腐 白菜あん じゃが芋煮	軟飯 すまし汁 鶏肉のみそ炒め ブロッコリーボン酢 ひじき茶巾	11 25  (水)	午前	軟飯 コーンスープ 豆腐トマト煮 じゃが芋煮	根菜のドライカレー コーンスープ じゃこサラダ
	午後	のりおにぎり 納豆野菜煮 くだもの	おにまんじゅう クラッカー くだもの		午後	さつまいおにぎり しらす野菜煮 くだもの	スイートポテト クラッカー くだもの
5 19  (木)	午前	軟飯 みそ汁 しらすキャベツ煮 かぶ煮	バリバリ春雨丼 みそ汁 ごまサラダ	12 26  (木)	午前	軟飯 すまし汁 タラ 白菜あん かぶ海苔煮	軟飯 すまし汁 あじフライ 切干煮 白菜の浅漬け
	午後	パン おふ野菜煮 くだもの	バナナケーキ レーズン くだもの		午後	きなこおにぎり 納豆野菜煮 くだもの	おはぎ 干し芋 くだもの
6 20  (金)	午前	軟飯 みそ汁 かじきと根菜煮 ブロッコリー煮	軟飯 豚汁 かじき香味焼き ほうれん草おかか和え	13 27  (金)	午前	軟飯 みそ汁 しらすと根菜の煮物 ブロッコリー煮	ゆかり軟飯 みそ汁 豚肉と大根の煮物 ごまボン和え
	午後	茶飯おにぎり 納豆野菜煮 くだもの	茶飯おにぎり 干し芋 くだもの		午後	パン おふ野菜煮 くだもの	黒糖ラスク レーズン くだもの
7 21  (土)	午前	軟飯 スープ しらす野菜煮 かぼちゃ煮	ハヤシライス マカロニスープ かぼちゃサラダ	14 28  (土)	午前	みそにゅうめん タラ白菜あん かぼちゃ煮	ほうとう 人参しりしり
	午後	パン おふ野菜煮 くだもの	フルーツヨーグルト メープルサンド		午後	おにぎり 納豆野菜煮 くだもの	ごはんのお焼き 干し芋 くだもの

\*離乳食に使用している食材 鮭—北海道産、  
たら—北海道産、さわら—富山県産、  
あじ—長崎県産、かじき—和歌山県産  
くだもの・野菜は東都生協のものを使用しています。

☆この他に野菜スティックがつきます。  
☆午後食には野菜スープがつきます。  
☆完了前期食には毎食牛乳（温）が付きます。

