

離乳食献立 2020年11月



日付	完了期	後期	中期	初期
02月	御飯 みそ汁 赤魚の煮付け ポテトサラダ トマト	全粥 みそ汁 赤魚の煮付け ポテトサラダ	全粥 野菜スープ 白身魚の煮つけ	つぶし粥 野菜スープ トマト かぼちゃ
04水	きのこうどん ほうれん草のしらす和え ほうじ茶 フルーツヨーグルト	きのこうどん ほうれん草のしらす和え ほうじ茶 ヨーグルト	きのこうどん ほうれん草のしらす和え ほうじ茶	くたくたうどん ほうれん草 しらす
05木	御飯 みそ汁(わかめ・もやし) 揚げだし豆腐(みぞれ煮) さつま芋の甘煮 キウイフルーツ	全粥 みそ汁(わかめ・もやし) 揚げだし豆腐(みぞれ煮) さつま芋の甘煮	芋粥 野菜スープ 炒り豆腐	つぶし粥 野菜スープ 豆腐 さつま芋
06金	御飯 ほうじ茶 ビーフシチュー ブロッコリーマヨかけ パナナ	全粥 ビーフシチュー ゆでブロッコリー ミルク	きな粉粥 野菜スープ 鶏のミルク煮	きな粉粥 野菜スープ じゃがいも ブロッコリー
07土	御飯 みそ汁(厚揚げ・大根) 鮭の塩焼き 根菜と里芋の煮物 みかん缶	御飯 みそ汁(厚揚げ・大根) 鮭の塩焼き 里芋の煮物	青菜粥 野菜スープ 白身魚の煮物 人参の甘煮	青菜粥 野菜スープ 白身魚 人参
09月	御飯 みそ汁 豚かつ コールスローサラダ りんご	御飯 みそ汁 豚かつ コールスローサラダ	全粥 野菜スープ(汁のみ) 豆腐と野菜煮	つぶし粥 野菜スープ(汁のみ) 豆腐 にんじん
10火	御飯 のっぺい汁(鶏肉) ほっけの塩焼き なすの味噌煮 納豆 バイナップル	全粥 のっぺい汁(鶏肉) ほっけの塩焼き ボイル野菜	鮭粥 野菜スープ 里芋の煮物	つぶし粥 野菜スープ なす 白身魚
11水	五目ラーメン わかめの酢の物 ほうじ茶 パナナ	五目ラーメン わかめの酢の物 ほうじ茶	あんかけ野菜うどん きざみトマト きゅうり	あんかけうどん トマト きゅうり
12木	御飯 ミネストローネ ピーマンの肉づめ フライドポテト(冷凍) マカロニサラダ グレープフルーツ	御飯 ミネストローネ ピーマンの肉づめ フライドポテト	全粥 野菜スープ 白身魚のおろし煮	つぶし粥 野菜のつぶし煮 白身魚 にんじん
13金	ご飯 カレー 福神漬 温野菜(ブロッコリー・キャベツ) ほうじ茶 オレンジ	全粥 野菜スープ 鶏のミルク煮	全粥 野菜スープ 鶏のミルク煮	チーズ粥 野菜スープ じゃがいも ブロッコリー
14土	御飯 麩のすまし汁(えのき) 炒り豆腐(鶏肉) さつま芋煮揚げ みかん缶	全粥 麩のすまし汁(えのき) 炒り豆腐(鶏肉) さつま芋煮物	全粥 野菜スープ 豆腐のチャンプルー	つぶし粥 野菜スープ 豆腐 さつまいも
16月	御飯 かき玉汁 鯖の味噌煮 ウインナーと野菜のソテー バイナップル	全粥 かきたま汁 鯖の味噌煮 野菜のソテー	全粥粥 野菜スープ 白身魚の味噌煮	つぶし粥 野菜スープ 白身魚

日付	完了期	後期	中期	初期
17火	御飯 豆腐みそ汁(きく) 豚肉のカレーピカタ キャベツの昆布和え トマト	御飯 豆腐みそ汁(きく) 豚肉のカレーピカタ キャベツの昆布和え トマト	全粥粥 野菜スープ(汁のみ) 白身魚とトマトの煮物	つぶし粥 野菜スープ(汁のみ) トマト サツマイモ
18水	ミートスパゲティ 野菜スープ(ほうれん草) チーズ(棒) キウイフルーツ	ミートスパゲティ 野菜スープ(ほうれん草) チーズ(棒)	ミルクうどん ほうれん草 スープ	ミルクうどん ほうれん草
19木	御飯 みそ汁(キャベツ) たららの香り揚げ かぼちゃのそぼろあんかけ パナナ	全粥 みそ汁(キャベツ) たららの香り揚げ かぼちゃのそぼろあんかけ	かぼちゃ粥 みそ汁 白身魚の野菜あんかけ	かぼちゃ粥 野菜スープ(汁のみ) 白身魚 にんじん
20金	御飯 クリームシチュー(鶏肉) たまごスープ(豆腐) きこのサラダ オレンジ	御飯 クリームシチュー(鶏肉) たまごスープ(豆腐) きこのサラダ	全粥 野菜スープ クリームシチュー(鶏肉)	チーズ粥 野菜スープ じゃがいも 豆腐
21土	おにぎり 野菜ジュース	おにぎり 野菜ジュース	おにぎり 野菜ジュース	おにぎり 野菜ジュース
23月	勤労感謝の日			
24火	御飯 けんちん汁 カレイの煮付け かぼちゃの甘煮 りんご	全粥 けんちん汁 カレイの煮付け かぼちゃの甘煮	全粥 野菜スープ 白身魚とじゃが芋の煮物	つぶし粥 野菜スープ 豆腐 じゃがいも
25水	しょうゆラーメン 野菜炒め(ブロッコリー入り) ほうじ茶 りんご	しょうゆラーメン 野菜炒め(ブロッコリー入り) ほうじ茶	煮込みうどん ほうじ茶	くたくたうどん ほうじ茶 ブロッコリー
26木	御飯 わかめスープ 野菜たっぷりマーボー きゅうりとコーンのサラダ みかん	御飯 わかめスープ 野菜たっぷりマーボー きゅうりとコーンのサラダ	御飯 わかめスープ 野菜たっぷりマーボー きゅうりの塩焼きもみ	つぶし粥 コーンのすり流し 豆腐 きゅうり
27金	中華どんぶり みそ汁(大根・人参) せん野菜(キャベツ) グレープフルーツ	中華どんぶり みそ汁(大根・人参) せん野菜(キャベツ)	中華どんぶり みそ汁(大根・人参) ボイル野菜	つぶし粥 野菜スープ 人参 大根
28土	御飯 豆腐みそ汁(あげ) ししゃも焼き じゃがいも炒め バイン缶	御飯 豆腐みそ汁(あげ) ししゃも焼き じゃがいも炒め	全粥 野菜スープ 魚とはくさいやわらか煮	つぶし粥 野菜スープ 白身魚 じゃがいも
30月	御飯 中華スープ 酢豚・ケチャップ味 レタスとコーンの中華和え キウイフルーツ	全粥 中華スープ 肉団子と野菜のトマト煮	全粥 野菜スープ 肉団子と野菜のトマト煮	チーズ粥 野菜スープ じゃがいも トマト