



# 2021年 11月 離乳食メニュー



		完了 (パクパク期) 12~15カ月	完了おやつ
1	月	ごはん カレイの野菜煮 野菜のお汁 りんご	おにぎり
2	火	ごはん 豚肉の野菜煮 きのこのみそ汁	りんご
3	水		
4	木	ごはん ひじきハンバーグ 野菜のみそ汁 りんご	さつまいも茶巾
5	金	ごはん 鶏の野菜煮 野菜のお汁 オレンジ	おにぎり
6	土	豚と野菜の混ぜご飯 ふとなめこのみそ汁	赤ちゃんせんべい
7	日		
8	月	ひじきごはん 鯖の野菜煮 さつま汁	野菜焼き
9	火	お弁当	紫芋チップ
10	水	ごはん 鯖の野菜煮 小松菜のみそ汁	さつま芋羊羹
11	木	ごはん 肉じゃが わかめのみそ汁	しらすおにぎり
12	金	豚肉と野菜のうどん 豆腐とレバー りんご	野菜焼き
13	土	ツナと野菜の混ぜご飯 かぼちゃのみそ汁	赤ちゃんせんべい
14	日		
15	月	ごはん 肉団子の野菜煮 切り干し大根みそ汁 オレンジ	おにぎり
16	火	ごはん 鮭の野菜煮 ほうれん草のお汁	おにぎり
17	水	納豆ひじきご飯 牛肉の野菜煮 豆腐のお汁	赤ちゃんせんべい
18	木	きのこご飯 鮭と野菜煮 ぶた汁 バナナ	紫芋チップ
19	金	ごはん 鶏団子の野菜煮 さつま芋 そうめんのみそ汁	蒸しパン
20	土	鶏と野菜の混ぜご飯 豆腐のみそ汁	野菜スティック
21	日		
22	月	ごはん 鯖の野菜煮 切り干し大根のみそ汁 りんご	パンケーキ
23	火		
24	水	ごはん カレイの野菜煮 野菜のお汁	おにぎり
25	木	赤飯 鶏の野菜煮 さつま芋のみそ汁 オレンジ	パンケーキ
26	金	ごはん 鯖の野菜煮 えのきのみそ汁	フルーツ
27	土	鶏と野菜の混ぜご飯 わかめのみそ汁	赤ちゃんせんべい
28	日		
29	月	しらすと野菜のうどん じゃがいも りんご	しらすおにぎり
30	火	ごはん 鯖の野菜煮 豆腐とえのきのみそ汁	おにぎり

