



離乳食献立

2020年11月

アルテ子どもと木幼保園

日付	月齢	離乳食12～18	離乳食9～11	離乳食7～8	離乳食開始期
2・16(月)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ご飯 魚のごまだれ焼き ひじきの煮物 味噌汁 バナナ	おかゆ 魚の照り焼き 煮びたし みそ汁 果物		
	午後おやつ	牛乳 にゅう麺 さつま芋の甘煮	にゅう麺 さつま芋の甘煮		
4・18(水)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ご飯 肉豆腐 にんじんしりしり 白菜の味噌汁 柿	おかゆ 肉団子と野菜煮 味噌汁 果物		
	午後おやつ	牛乳 トースト 鮭のクリーム煮 キャベツのスープ	トースト 鮭のクリーム煮 キャベツのスープ		
5・19(木)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	紅葉ご飯 ちくわの磯辺揚げ 里芋と豚肉の味噌煮 かき玉汁(ねぎ)	もみじがゆ かぶのそぼろ煮 豆腐スープ 果物		
	午後おやつ	牛乳 納豆パスタ カラフル煮 トマトスープ	納豆パスタ カラフル煮 トマトスープ		
6・20(金)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ご飯 松風焼き ブロッコリーと人参の和え物 味噌汁 バナナ	おかゆ 麻婆豆腐風 すまし汁 果物		
	午後おやつ	牛乳 煮込みうどん 紅白煮	煮込みうどん 紅白煮		
7・21(土)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	焼きそば ウィンナーソテー こふきいも えのきともやしのスープ	おかゆ さつま芋とささみ煮 味噌汁 果物		
	午後おやつ	牛乳 たっぷり野菜のナポリタン風 スープ	たっぷり野菜のナポリタン風 スープ		
9(月)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ご飯 豚肉のみそ炒め ごまかぼちゃ かぶのすまし汁	おかゆ かぶのそぼろ煮 味噌汁 果物		
	午後おやつ	牛乳 きな粉トースト ミネストローネ風スープ	きな粉トースト ミネストローネ風スープ		
10・24(火)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	野菜ふりかけ ご飯 魚の野菜あんかけ なめこ汁	おかゆ 魚の野菜あんかけ 味噌汁 果物		
	午後おやつ	牛乳 すいとん汁 さつま芋とブロッコリー煮	すいとん汁 さつま芋とブロッコリー煮		

11(水)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ご飯 鶏のコーンフレーク焼き ブロッコリーのじゃこ和え けんちん汁 りんご	おかゆ 豆腐のひき肉あんかけ 二色和え さつまいものスープ 果物		
	午後おやつ	牛乳 味噌うどん 紅白煮	味噌うどん 紅白煮		
12・26(木)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	カレーライス手作り 春雨サラダ ヨーグルト	おかゆ 肉じゃが風 たまねぎスープ 果物		
	午後おやつ	牛乳 トースト キャロットスープ かぼちゃ煮	トースト キャロットスープ かぼちゃ煮		
13・27(金)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ご飯 豚肉のスタミナ焼き マカロニサラダ みそ汁	おかゆ マカロニのホワイト煮 キャベツのスープ 果物		
	午後おやつ	牛乳 おかゆ 煮魚 煮びたし 味噌汁	おかゆ 煮魚 煮びたし 味噌汁		
14・28(土)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	煮込みうどん 肉じゃが(豚肉) バナナ	煮込みうどん さつま芋甘煮 果物		
	午後おやつ	牛乳 おかゆ かぼちゃとそばろあん 味噌汁	おかゆ かぼちゃとそばろあん 味噌汁		
17(火)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ご飯 チキンカツ ポテトサラダ 中華スープ みかん	やきうどん さつま芋バター煮 スープ 果物		
	午後おやつ	牛乳 しらすがゆ ブロッコリーとツナの和え物 しめじスープ	しらすがゆ ブロッコリーとツナの和え物 しめじスープ		
25(水)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	バターライス 変わりローストチキン ブロッコリーと人参のおかか和え ミルクスープ りんご	おかゆ 豆腐のひき肉あんかけ 二色和え スープ 果物		
	午後おやつ	牛乳 味噌うどん 紅白煮	味噌うどん 紅白煮		
30(月)	午前おやつ	牛乳			
	昼食	ご飯 鶏の照り焼き 切り干し大根煮 かぶの味噌汁 みかん	野菜たっぷりうどん かぼちゃのきなこがけ 果物		
	午後おやつ	牛乳 おかゆ 鶏ときのこのトマト煮 スープ	おかゆ 鶏ときのこのトマト煮 スープ		