

離乳食献立 11月

		材 料 (1回食)	献 立 名	材 料 (2回食)
1 (金)	白がゆ コーンスープ	米 キャベツ、コーン缶、玉ねぎ、人参 コーンクリーム	白がゆ 豚肉と生揚げの 和風煮	米 豚肉、生揚げ、ピーマン、ねぎ だし、しょうゆ
5 (火)	白がゆ みそ汁	米 豆腐、もやし、ねぎ、きゅうり だし、みそ	ツナがゆ おいもの ほっこり煮	米、ツナ さつま芋、じゃが芋、玉ねぎ、人参、グリーンピース だし、しょうゆ
6 (水)	白がゆ わかめスープ	米 わかめ、大根、コーン缶、パセリ コンソメ	白がゆ 豚肉と生揚げの ケチャップ煮	米 豚肉、生揚げ、人参、玉ねぎ、じゃが芋 ケチャップ
7 (木)	白がゆ すまし汁	米 油揚げ、かいわれ、キャベツ、ブロッコリー だし、しょうゆ	白がゆ 豆腐のそぼろ煮	米 合いびきミンチ、豆腐、玉ねぎ、人参 だし、しょうゆ
8 (金)	白がゆ みそ汁	米 豆腐、大根、じゃが芋、かいわれ だし、みそ	ひじきがゆ 鶏肉のごま風煮	米、ひじき 鶏肉、油揚げ、人参、グリーンピース、すりごま だし、しょうゆ
11 (月)	白がゆ 白菜スープ	米 白菜、パセリ、もやし ホワイトソース	白がゆ ビビンバ風煮	米 豚ミンチ、ねぎ、人参、ほうれん草 だし、しょうゆ
12 (火)	白がゆ 春雨スープ	米 春雨、もやし、コーン缶、かいわれ 野菜スープ	白がゆ 鶏肉のケチャップ煮	米 鶏肉、カリフラワー、きゅうり、人参 ケチャップ
13 (水)	白がゆ そうめん汁	米 乾めん、わかめ、切干大根、小松菜 だし、しょうゆ	白がゆ 肉じゃが	米 じゃが芋、豚肉、人参、玉ねぎ、グリーンピース だし、しょうゆ
14 (木)	白がゆ すまし汁	米 豆腐、玉ねぎ、かいわれ、さつま芋 だし、しょうゆ	白がゆ ひじきの煮物	米 ひじき、ツナ、人参、グリーンピース だし、しょうゆ
15 (金)	白がゆ キャベツスープ	米 キャベツ、きゅうり、コーン缶、玉ねぎ コンソメ	ピースがゆ 鶏肉と白菜の シチュー	米、グリーンピース 鶏肉、じゃが芋、白菜、人参 ホワイトソース
18 (月)	白がゆ すまし汁	米 豆腐、わかめ、人参 だし、しょうゆ	白がゆ 味噌煮	米 鶏肉、人参、グリーンピース、カリフラワー だし、みそ
19 (火)	白がゆ すまし汁	米 人参、玉ねぎ、油揚げ、きゅうり だし、しょうゆ	白がゆ 白身魚のふわふわ煮	米 白身魚、キャベツ、人参 だし、しょうゆ
20 (水)	白がゆ みそ汁	米 豆腐、白菜、かいわれ だし、みそ	白がゆ 豚肉のやわらか煮	米 豚肉、ピーマン、人参 だし、しょうゆ
21 (木)	白がゆ じゃが芋スープ	米 じゃが芋、レタス、わかめ、キャベツ コーンクリーム	白がゆ 豚肉のごま風煮	米 豚肉、人参、玉ねぎ、にら、すりごま だし、しょうゆ
22 (金)	白がゆ しのだうどん	米 乾めん、油揚げ、ねぎ だし、しょうゆ	白がゆ 旨煮	米 鶏肉、人参、大根、グリーンピース だし、しょうゆ
25 (月)	白がゆ みそ汁	米 大根、玉ねぎ、わかめ、きゅうり だし、みそ	白がゆ とりすき風煮	米 鶏肉、ねぎ、高野豆腐、白菜 だし、しょうゆ
26 (火)	白がゆ みそ汁	米 じゃが芋、玉ねぎ、もやし、白菜 だし、みそ	緑がゆ 卵の花	米、小松菜 おから、人参、ねぎ、鶏肉 だし、しょうゆ
27 (水)	白がゆ ツナ入り ブロッコリースープ	米 ブロッコリー、カリフラワー、コーン缶、ツナ 野菜スープ	白がゆ 肉じゃが	米 豚肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、グリーンピース だし、しょうゆ
28 (木)	白がゆ わかめスープ	米 わかめ、豆腐、玉ねぎ、ねぎ ホワイトソース	白がゆ 白身魚の ケチャップ煮	米 白身魚、キャベツ、きゅうり、人参 ケチャップ
29 (金)	白がゆ そうめん汁	米 乾めん、人参、わかめ、キャベツ だし、しょうゆ	白がゆ 豚玉の炒め煮	米 豚肉、玉ねぎ、チンゲン菜 だし、しょうゆ

【注】 アレルギーの初発事故を防ぐため、献立に使用されている食品の中で「食べたことがない食材」がある場合は、必ず、事前に家庭で2回以上食べて、何ら症状が誘発されないことを確認してください。
 保育園では、安全を最優先にいたしますので、家庭で試すことができなかつた場合はご連絡ください。