

2023年11月

予定献立表・離乳食

ハッピーちゃいるど保育園

目安月		初期 5・6ヶ月頃	中期 7・8ヶ月頃	進展期 9~11ヶ月頃	完了期 12~18ヶ月頃	目安月		初期 5・6ヶ月頃	中期 7・8ヶ月頃	進展期 9~11ヶ月頃	完了期 12~18ヶ月頃	
水 1	昼食	くたくたうどん 人参のすりながし 大根のすりながし ミルク	うどん 白菜・玉ねぎ 人参やわらか煮 コロコロ野菜煮 ミルク	あんかけうどん 人参やわらか煮 コロコロ野菜煮 フルーツ	うどん・鶏胸肉・白菜 人参・玉ねぎ・片栗粉 ツナ缶・大根・胡瓜 バナナ	金 17	昼食	あんかけうどん 人参やわらか煮 コロコロ野菜煮 フルーツ	うどん・鶏胸肉・白菜 人参・玉ねぎ・片栗粉 ツナ缶・大根・胡瓜 バナナ	おから アヒージョ入りながし さつま芋煮つぶし スープ ミルク	米・ごはん・鶏胸肉 温野菜のそぼろあん さつま芋やわらか煮 豆腐・豆乳	ごはん 米・ごはん・鶏胸肉 鶏肉の煮焼き さつま芋の煮物 豆腐・豆乳
	おやつ	ミルク	ミルク	さし餅 ミルク	さし餅にぎり牛乳		おやつ	おやつ	ミルク	おから アヒージョ入りながし さつま芋煮つぶし スープ ミルク	わひめごはん 牛乳	
木 2	昼食	おかゆ 豆腐のすりながし 白菜のすりながし スープ ミルク	米・豆腐・鶏胸肉・白菜 豆腐・人参・片栗粉 白菜 大根	おかゆ 豆腐のそぼろあん 白菜の煮浸し 味噌汁 ミルク	米・豆腐・鶏胸肉・白菜 豆腐・人参・片栗粉 白菜 大根	土 18	昼食	こはん 豆腐ハンバーグ 白菜の煮浸し 味噌汁	米・豆腐・鶏胸肉・白菜 人参・玉ねぎ・片栗粉 白菜・もやし・大根・若芽 味噌汁	おから アヒージョ入りながし さつま芋煮つぶし スープ ミルク	米・ごはん・片栗粉 白鳥魚のうずくず煮 豆腐・アヒージョ入り 白菜・玉ねぎ 味噌汁	ごはん 米・ごはん・トマト・片栗粉 鶏肉の煮焼き さつま芋やわらか煮 豆腐・豆乳
	おやつ	ミルク	ミルク	ワッフルジャムサンド パン・りんご・レモン 牛乳	ワッフルジャムサンド パン・りんご・レモン 牛乳		おやつ	ミルク	ミルク	米・ごはん・片栗粉 白鳥魚の煮たまご 豆腐・アヒージョ入り 白菜・玉ねぎ 味噌汁	わひめごはん 牛乳	
金 3	昼食			文化の日		月 20	昼食	じゅが芋の煮つぶし 人参のすりながし スープ ミルク	じゅが芋のトマト煮 高野豆腐の煮物 味噌汁 スープ ミルク	おから アヒージョ入りながし さつま芋煮つぶし スープ ミルク	オレジンボンチ ミルク	オレジンボンチ 牛乳
	おやつ						おやつ	ミルク	ミルク	米・じゅが芋・玉ねぎ ボテトのトマト煮 高野豆腐の煮物 味噌汁 スープ ミルク	オレジンボンチ 牛乳	
土 4	昼食	おかゆ じゃが芋の煮つぶし 大根のすりながし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 人参・鶏胸肉・白菜 豆乳	おかゆ じゃが芋そぼろ煮 コロコロ野菜煮 味噌汁 ミルク	米・鶏胸肉・玉ねぎ 人参・鶏胸肉・白菜 豆乳	火 21	昼食	こはん 豚の煮つぶし 大根のすりながし スープ ミルク	米・豚肉の甘辛炒め 野菜マヨ添え 味噌汁 スープ ミルク	おから じゃが芋の煮つぶし 人参のすりながし スープ ミルク	米・鶏胸肉・玉ねぎ そぼろ肉じゅが コロコロ野菜煮 味噌汁 スープ ミルク	こはん 米・鶏胸肉・玉ねぎ そぼろ肉じゅが コロコロ野菜煮 味噌汁 スープ ミルク
	おやつ	ミルク	ミルク	アップルゼリー ミルク	アップルゼリー ミルク		おやつ	ミルク	ミルク	米・ツナ缶・人参加 ツナ油・玉ねぎ 味噌汁	マカロニ・きな粉 牛乳	
月 6	昼食	おかゆ プロコリーのすりながし きゃべつのすりながし スープ ミルク	米・アヒージョ・トマト アヒージョ・片栗粉・胡瓜 きゃべつ・胡瓜 じゅが芋・玉ねぎ スープ ミルク	おかゆ 白鳥魚のトマト煮 きゃべつ・人参・じゃが芋 玉ねぎ スープ ミルク	米・アヒージョ・トマト アヒージョ・片栗粉・胡瓜 きゃべつ・人参・じゃが芋 玉ねぎ スープ ミルク	水 22	昼食	こはん 白鳥魚のトマト煮 きゃべつ・人参・じゃが芋 玉ねぎ スープ ミルク	米・アヒージョ・トマト アヒージョ・片栗粉・胡瓜 きゃべつ・人参・じゃが芋 豆乳	おから アヒージョ入りながし さつま芋煮つぶし スープ ミルク	ツナ油・玉ねぎ 味噌汁	おから アヒージョ入りながし さつま芋煮つぶし スープ ミルク
	おやつ	ミルク	ミルク	そぼろ肉 ミルク	そぼろ肉にぎり牛乳		おやつ	ミルク	ミルク	米・ツナ缶・人参加 ツナ油・玉ねぎ 味噌汁	マカロニ・きな粉 牛乳	
火 7	昼食	おかゆ じゃが芋の煮つぶし 白菜のすりながし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 白菜・油揚・片栗粉 うつれん草	おかゆ じゃが芋そぼろ煮 白菜やわらか煮 味噌汁 ミルク	米・じゃが芋・鶏胸肉 玉ねぎ・片栗粉 白菜・胡瓜・うつれん草	木 23	昼食	こはん 鶏胸肉のトマト煮 玉ねぎ・片栗粉 白菜・胡瓜・うつれん草	米・鶏胸肉・玉ねぎ 人参・じゃが芋・大根 油揚・胡瓜・うつれん草	おから アヒージョ入りながし さつま芋煮つぶし スープ ミルク	五平ちから牛乳	五平ちから牛乳
	おやつ	ミルク	ミルク	スイートポテト 牛乳	さつま芋・豆乳		おやつ	ミルク	ミルク	米・ツナ缶・人参加 ツナ油・玉ねぎ 味噌汁	ツナ油・玉ねぎ 味噌汁	
水 8	昼食	おかゆ 白身魚のすりながし じゃが芋の煮つぶし スープ ミルク	米・たら・玉ねぎ・人参 白身魚の野菜あんかけ じゃが芋のわらか煮 味噌汁 ミルク	おかゆ 白身魚の野菜あんかけ じゃが芋のわらか煮 味噌汁 ミルク	米・たら・玉ねぎ・人参 ビーマン・片栗粉 じゃが芋・白菜・若芽 味噌汁	金 24	昼食	こはん 白身魚の煮つぶし 南瓜のすりながし スープ ミルク	米・たら・玉ねぎ・人参 ビーマン・片栗粉 じゃが芋・マヌニーズ 味噌汁 スープ ミルク	おから アヒージョ入りながし 南瓜の照り煮 南瓜とひじき煮 味噌汁 スープ ミルク	五平ちから牛乳	五平ちから牛乳
	おやつ	ミルク	ミルク	パナギヨーグルト ミルク	ヨーグルト・パナ		おやつ	ミルク	ミルク	米・豆腐・玉ねぎ 豆腐ののそぼろあん 南瓜のすりながし スープ ミルク	五平ちから牛乳	
木 9	昼食	おかゆ 大根のすりながし きゃべつすりながし スープ ミルク	米・大根・人参・片栗粉 きゃべつ・胡瓜 玉ねぎ	おかゆ 大根のそぼろあん きゃべつやわらか煮 味噌汁 ミルク	米・大根・鶏胸肉・玉ねぎ 人参・片栗粉・キャベツ 胡瓜・若芽	土 25	昼食	こはん 豆腐の煮つぶし 南瓜のすりながし スープ ミルク	米・豆腐・玉ねぎ 豆腐のそぼろあん 南瓜のすりながし スープ ミルク	おから アヒージョ入りながし 豆腐の照り煮 豆腐とひじき煮 味噌汁 スープ ミルク	五平ちから牛乳	五平ちから牛乳
	おやつ	ミルク	ミルク	ゆかり秋鮭 ミルク	ゆかり秋鮭 牛乳		おやつ	ミルク	ミルク	米・豆腐・玉ねぎ 豆腐ののそぼろあん やわらかガマル味噌汁 スープ ミルク	グレーベリーミルク	グレーベリーミルク
金 10	昼食	おかゆ 白身魚のすりながし じゃが芋の煮つぶし スープ ミルク	米・たら・片栗粉 白身魚の野菜あんかけ じゃが芋・白菜 味噌汁 ミルク	おかゆ 白身魚の照り煮 人参やわらか煮 味噌汁 ミルク	米・たら・玉ねぎ・人参 ビーマン・片栗粉 じゃが芋・若芽 味噌汁 ミルク	月 27	昼食	こはん 白身魚の照り煮 南瓜ひじき煮 味噌汁 スープ ミルク	米・たら・玉ねぎ・人参 ビーマン・片栗粉 じゃが芋・若芽 味噌汁 スープ ミルク	おから アヒージョ入りながし 南瓜ひじき煮 味噌汁 スープ ミルク	五平ちから牛乳	五平ちから牛乳
	おやつ	ミルク	ミルク	ピタットソースト 牛乳	ピタットソースト 牛乳		おやつ	ミルク	ミルク	米・豆腐・玉ねぎ 豆腐ののそぼろあん 南瓜ひじき煮 味噌汁 スープ ミルク	五平ちから牛乳	
土 11	昼食	おかゆ 豆腐のすりながし 豆腐の煮つぶし スープ ミルク	米・豆腐・玉ねぎ・人参 豆腐・きゃべつ・片栗粉 豆腐	おかゆ 豆腐のそぼろあん 豆腐のやわらか煮 味噌汁 スープ ミルク	米・豆腐・玉ねぎ・人参 豆腐・きゃべつ・片栗粉 豆腐	火 28	昼食	こはん 豆腐の煮つぶし 豆腐のすりながし スープ ミルク	米・豆腐・玉ねぎ・人参 豆腐ののそぼろあん 豆腐のすりながし スープ ミルク	おから アヒージョ入りながし 豆腐の照り煮 豆腐とひじき煮 味噌汁 スープ ミルク	五平ちから牛乳	五平ちから牛乳
	おやつ	ミルク	ミルク	オレンジゼリー ミルク	オレンジゼリー 牛乳		おやつ	ミルク	ミルク	米・豆腐・玉ねぎ 豆腐ののそぼろあん 豆腐のすりながし スープ ミルク	グレーベリーミルク	グレーベリーミルク
月 13	昼食	おかゆ じゃが芋の煮つぶし きゃべつのすりながし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ じゃが芋・人参・片栗粉 きゃべつ・胡瓜 玉ねぎ	おかゆ じゃが芋そぼろ煮 きゃべつやわらか煮 味噌汁 スープ ミルク	米・じゃが芋・鶏胸肉 玉ねぎ・片栗粉 白菜・胡瓜・うつれん草	水 29	昼食	こはん 豆腐の煮つぶし 豆腐のすりながし スープ ミルク	米・豆腐・玉ねぎ 豆腐ののそぼろあん 豆腐のすりながし スープ ミルク	おから アヒージョ入りながし 豆腐の照り煮 豆腐とひじき煮 味噌汁 スープ ミルク	五平ちから牛乳	五平ちから牛乳
	おやつ	ミルク	ミルク	パン	パン		おやつ	ミルク	ミルク	米・豆腐・玉ねぎ 豆腐ののそぼろあん 豆腐のすりながし スープ ミルク	五平ちから牛乳	
火 14	昼食	くたくたうどん さつま芋煮つぶし 豆腐スープ ミルク	うどん・きゃべつ・人参 玉ねぎ・片栗粉・さつま芋 豆腐・うつれん草	くたくたうどん さつま芋煮つぶし 豆腐スープ ミルク	うどん・鶏胸肉・玉ねぎ 玉ねぎ・人参・片栗粉 きゃべつ・豆腐・うつれん草	木 30	昼食	こはん 野菜の煮つぶし 豆腐の煮つぶし 豆腐の煮つぶし スープ ミルク	米・鶏胸肉・玉ねぎ 野菜の煮つぶし 豆腐の煮つぶし 豆腐の煮つぶし スープ ミルク	おから アヒージョ入りながし 豆腐の照り煮 豆腐とひじき煮 味噌汁 スープ ミルク	五平ちから牛乳	五平ちから牛乳
	おやつ	ミルク	ミルク	しらす	しらす		おやつ	ミルク	ミルク	米・鶏胸肉・玉ねぎ 野菜の煮つぶし 豆腐の煮つぶし 豆腐の煮つぶし スープ ミルク	五平ちから牛乳	
水 15	昼食	おかゆ じゃが芋の煮つぶし 胡瓜のすりながし スープ ミルク	米・じゃが芋・玉ねぎ 福助・人参・片栗粉 フロッコリー	おかゆ じゃが芋のトマト煮 コロコロ野菜煮 スープ ミルク	米・鶏胸肉・玉ねぎ トマト・玉ねぎ・片栗粉 福助・人参・胡瓜 バナナ	木 30	昼食	秋も深まり、山芋の収量が鮮やかに 映える季節となりました。 この時期は新米や他の野菜の収量が豊富で、身体を いたためる力が大変です。ビタミン、ミネラルを十分にとり、 多くの種類の野菜をバランスよく摂取することで免疫力を 高めることができます。	おから アヒージョ入りながし トマト・玉ねぎ・片栗粉 福助・人参・胡瓜 バナナ・うつれん草 玉ねぎ	おから アヒージョ入りながし トマト・玉ねぎ・片栗粉 福助・人参・胡瓜 バナナ・うつれん草 玉ねぎ	五平ちから牛乳	五平ちから牛乳
	おやつ	ミルク	ミルク	◆お楽しみなおやつ ミルク	◆お楽しみなおやつ ミルク		おやつ	◆お楽しみなおやつ 牛乳	◆お楽しみなおやつ 牛乳	おから アヒージョ入りながし トマト・玉ねぎ・片栗粉 福助・人参・胡瓜 バナナ・うつれん草 玉ねぎ	五平ちから牛乳	
木 16	昼食	おかゆ 雨の煮つぶし 大根のすりながし スープ ミルク	米・雨の煮つぶし 大根・人参・高野豆腐 スープ ミルク	おかゆ 白鳥魚の照り煮 大根と高野豆腐煮 さつま芋・玉ねぎ きゃべつ	米・雨の煮つぶし 大根の煮つぶし 豆腐の煮つぶし 豆腐の煮つぶし スープ ミルク	木 30	昼食	今月の野菜 - 11月	今月の野菜 - 11月	おから アヒージョ入りながし トマト・玉ねぎ・片栗粉 福助・人参・胡瓜 バナナ・うつれん草 玉ねぎ	五平ちから牛乳	
	おやつ	ミルク	ミルク	アーモンド	アーモンド		おやつ	ミルク	ミルク	おから アヒージョ入りながし トマト・玉ねぎ・片栗粉 福助・人参・胡瓜 バナナ・うつれん草 玉ねぎ	五平ちから牛乳	

◆ヨコマスクは斜めに切ったものを使っています。
 ●ホルダーをさしこむ、カレーパウチを手で開いています。
 ■おやつはおやつを手で開いています。
 ○おやつはおやつを手で開いています。
 □おやつはおやつを手で開いています。

株式会社 セブト