

## 2020年度 11月 離乳食 献立表

日曜	昼食	午前おやつ	午後おやつ
2月	軟飯(かゆ) 焼魚 野菜の煮びたし ひじき煮 みそ汁 米 ムキガレイ 小松菜 もやし 人参 ひじき 椎茸 味噌 大根 白菜 葱 ニラ 豆腐	くだもの	夕焼けうどん うどん 人参 葱
3火	<b>文化の日</b>		
4水	軟飯(かゆ) 納豆のおろし煮 野菜の煮びたし ポテト煮 みそ汁 米 ひき割り納豆 カブ しらす 小松菜 もやし じゃが芋 味噌 人参 大根 葱	くだもの	フィッシュポテト じゃが芋 ムキガレイ
5木	軟飯(かゆ) 豆腐入り肉団子 人参と椎茸の軟らか煮 茹でブロッコリー すまし汁 米 豆腐 鶏ひき肉 人参 椎茸 ブロッコリー 葱 えのき	くだもの	青菜うどん うどん 小松菜 葱 人参
6金	食ぱん(ぱんがゆ) ささみの和風煮 ほうれん草ともやしの煮びたし カブの含め煮 コーンスープ 食ぱん ささみ ほうれん草 もやし 人参 カブ 玉葱 クリームコーン 粉ミルク	くだもの	ツナと野菜のおじや 米 ツナ 人参 玉葱
7土	味噌がゆ ポテト煮 味噌 米 大根 わかめ 椎茸 人参 じゃが芋	くだもの	クリームヌードル うどん 粉ミルク 玉葱 人参 芋
9月	軟飯(かゆ) ツナの和風煮 野菜の軟らか煮 茹でブロッコリー 野菜スープ 米 ツナ キャベツ 大根 きゅうり ブロッコリー じゃが芋 人参 玉葱	くだもの	スウィートポテト さつま芋 粉ミルク
10火	軟飯(かゆ) そぼろ煮 野菜の煮びたし さつま芋の煮物 みそ汁 米 鶏ひき 小松菜 もやし さつま芋 味噌 大根 人参 椎茸 葱	くだもの	しらす入り夕焼けおじや しらす にんじん 葱 米
11水	食ぱん(ぱんがゆ) 魚入りクリームシチュー 野菜の軟らか煮 茹でブロッコリー 食ぱん ムキガレイ 人参 玉葱 じゃが芋 マッシュルーム 椎茸 しめじ 舞茸 大根 きゅうり ブロッコリー	くだもの	青菜おじや 米 小松菜 人参 玉葱
12木	軟飯(かゆ) 魚の味噌煮 野菜の煮びたし 人参と椎茸の軟らか煮 みそ汁 米 味噌 ギンダラ 小松菜 白菜 人参 椎茸 味噌 玉葱 じゃが芋	くだもの	チーズヌードル 粉チーズ 粉ミルク うどん 人参 玉葱 芋
13金	軟飯(かゆ) ささみの和風煮 茹でブロッコリー 里芋煮 みそ汁 米 ささみ ブロッコリー 里芋 味噌 人参 大根 葱 しめじ	くだもの	味噌煮込みうどん うどん 味噌 人参 葱 しめじ
14土	トマトヌードル もやしの軟らか煮 うどん トマト マッシュルーム 玉葱 粉ミルク もやし 人参 きゅうり	くだもの	野菜おじや 米 人参 葱 椎茸
16月	軟飯(かゆ) 野菜入り納豆のおろし煮 野菜の煮びたし 里芋煮 みそ汁 米 オクラ ニラ ひき割り納豆 カブ しらす 小松菜 白菜 里芋 味噌 大根 人参 葱	くだもの	さつま芋団子 さつま芋 片栗粉 油
17火	食ぱん(ぱんがゆ) レバーペースト 野菜の軟らか煮 茹でブロッコリー かぼちゃスープ 食ぱん 豚レバー 大根 人参 キャベツ ブロッコリー 玉葱 南瓜 粉ミルク	くだもの	わかめおじや わかめ 米 玉葱 人参
18水	軟飯(かゆ) ささみの葱煮 ポテト煮 茹でブロッコリー すまし汁 米 ささみ 葱 じゃが芋 ブロッコリー えのき 小松菜	くだもの	人参ケーキ 人参 小麦粉 油 粉ミルク BP
19木	軟飯(かゆ) 豆腐入り肉団子 野菜の軟らか煮 ポテト煮 野菜スープ 米 豆腐 鶏ひき肉 人参 もやし きゅうり じゃが芋 玉葱	くだもの	りんごケーキ りんご 小麦粉 油 粉ミルク BP
20金	軟飯(かゆ) 焼魚 ほうれん草ともやしの煮びたし カブの含め煮 みそ汁 米 ムキガレイ ほうれん草 もやし カブ 味噌 大根 人参 葱 しめじ	くだもの	さつま芋入りクリームヌードル さつま芋 粉ミルク 玉葱 人参 うどん
21土	わかめおじや 南瓜煮 米 わかめ 人参 玉葱 わかめ 椎茸 南瓜	くだもの	コーンヌードル うどん クリームコーン 玉葱 人参 粉ミルク
23月	<b>勤労感謝の日</b>		
24火	軟飯(かゆ) ささみの和風煮 わかめと野菜の軟らか煮 粉ふき芋 野菜スープ 米 ささみ わかめ キャベツ 人参 えのき きゅうり じゃが芋 玉葱	くだもの	クリームリゾット 米 粉ミルク 玉葱 芋 人参
25水	軟飯(かゆ) レバーペースト 野菜の煮びたし 南瓜煮 豆腐のみそ汁 米 豚レバー 小松菜 もやし 南瓜 味噌 豆腐 えのき 葱	くだもの	ツナと野菜のうどん うどん ツナ もやし 葱
26木	食ぱん(かゆ) そぼろ煮 青のりポテト もやしと人参の軟らか煮 野菜スープ 食ぱん 鶏ひき じゃが芋 青のり もやし 人参 葱 椎茸 ニラ	くだもの	夕焼けおじや 米 人参 葱
27金	軟飯(かゆ) 焼魚 キャベツの軟らか煮 卵の花煮 みそ汁 米 ムキガレイ キャベツ 人参 もやし おから 椎茸 葱 味噌 玉葱 じゃが芋 わかめ	くだもの	野菜とごはんのおやき 人参 葱 米 片栗粉 油
28土	野菜スープヌードル 茹でブロッコリー うどん キャベツ 人参 カブ セロリ 玉葱 じゃが芋 ブロッコリー	くだもの	わかめおじや 米 わかめ 人参 葱 椎茸
30月	軟飯(かゆ) 納豆のおろし煮 野菜の煮びたし ポテト煮 みそ汁 米 ひき割り納豆 カブ しらす 小松菜 もやし じゃが芋 味噌 玉葱 人参 大根 葱	くだもの	じゃが芋もち じゃが芋 片栗粉 油

昼食・おやつの上段は本日のメニュー、下段は主な食品名です。  
 材料は都合により献立を変更する場合があります。ご了承下さい。  
 午前のおやつのはみかん・オレンジ・柿・りんごを使用しています