



11月 離乳食だより

認定こども園つばめ・チェリー保育園

		初期		中期				後期・完了食				
		主食	副食	主食	主菜	副菜	おやつ	主食	主菜	副菜	果物	おやつ
1	火	おかゆ	だいこんスープ	おかゆ	ささみのくす煮	だいこん たまねぎスープ	白せんべい	ごはん	鶏肉と大根の煮物	スパゲティサラダ	オレンジ	ロールパン
2	水	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	豆腐 ほうれん草スープ	にんじんスティック	バナナ	ごはん	じゃがいもの小判焼き	ほうれん草のごま和え	バナナ	カルシウムせんべい
3	木	文化の日										
4	金	おかゆ	にんじんスープ	おかゆ	白身魚の煮物	だいこん にんじんスープ	白せんべい	ごはん	炒り豆腐	大根のしらすサラダ	オレンジ	マカロニきなこ
5	土	おかゆ	たまねぎスープ	おかゆ	豆腐 キャベツ たまねぎスープ		白せんべい	ごはん	鶏肉と野菜の甘辛煮	ひじきとキャベツのみそ汁	りんご	まがりせんべい
6	日											
7	月	おかゆ	じゃがいもスープ	おかゆ	ささみのくす煮	じゃがいも だいこんスープ	バナナ	ふりかけごはん	じゃがいもの小判焼き	大豆と昆布の煮物	バナナ	黒糖蒸しパン
8	火	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	白身魚の煮物	ほうれん草 たまねぎスープ	白せんべい	ごはん	豚肉の野菜炒め	ほうれん草のしらす和え	オレンジ	食パン
9	水	おかゆ	キャベツスープ	おかゆ	豆腐 キャベツスープ	じゃがいもスティック	バナナ	ごはん	肉じゃが	きのこキャベツのサラダ	バナナ	うす塩せんべい
10	木	おかゆ	だいこんスープ	おかゆ	ささみのくす煮	だいこん にんじんスープ	白せんべい	さつまいもごはん	鮭のてりやき	けんちん汁	オレンジ	りんごゼリー
11	金	おかゆ	たまねぎスープ	おかゆ	白身魚の煮物	キャベツ たまねぎスープ	バナナ		カレーライス	もやしのごまサラダ	バナナ	卵ポーロ
12	土	ベビーフード					白せんべい	ベビーフード				
13	日											
14	月	おかゆ	じゃがいもスープ	おかゆ	ささみのくす煮	じゃがいも にんじんスープ	白せんべい	ごはん	じゃがいもの小判焼き	切干大根の煮物	オレンジ	ココア蒸しパン
15	火	おかゆ	はくさいスープ	おかゆ	豆腐 はくさいスープ	にんじんスティック	バナナ	ごはん	鶏肉の野菜炒め	ビーフンサラダ	バナナ	ぶどうゼリー
16	水	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	ささみのくす煮	ほうれん草 たまねぎスープ	白せんべい	ごはん	筑前煮	ほうれん草のコーンサラダ	オレンジ	雪の宿
17	木	おかゆ	にんじんスープ	おかゆ	白身魚の煮物	はくさい にんじんスープ	バナナ	五目ごはん	白身魚の煮物	野菜のすまし汁	バナナ	バームクーヘン
18	金	おかゆ	じゃがいもスープ	おかゆ	ささみのくす煮	キャベツ じゃがいもスープ	白せんべい	ごはん	じゃがいもの小判焼き	コーンサラダ	ぶどうゼリー	うす塩せんべい
19	土	おかゆ	だいこんスープ	おかゆ	豆腐 たまねぎ だいこんスープ		白せんべい	ごはん	豚肉の野菜炒め	キャベツとハムのサラダ	りんご	ビスコ
20	日											
21	月	おかゆ	キャベツスープ	おかゆ	ささみのくす煮	にんじん キャベツスープ	バナナ	ごはん	豚肉と野菜のごまみそ煮	キャベツとツナのサラダ	バナナ	マカロニきなこ
22	火	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	豆腐 ほうれん草スープ	じゃがいもスティック	白せんべい	ゆかりごはん	鶏肉の野菜炒め	高野の煮物	オレンジゼリー	卵ポーロ
23	水	勤労感謝の日										
24	木	おかゆ	たまねぎスープ	おかゆ	白身魚の煮物	はくさい たまねぎスープ	バナナ	ごはん	カレイの照り焼き	白菜のみそ汁	バナナ	きなこ蒸しパン
25	金	おかゆ	じゃがいもスープ	おかゆ	豆腐 じゃがいもスープ	にんじんスティック	白せんべい		ハヤシライス	切干大根の和風サラダ	オレンジ	お好み焼き
26	土	ベビーフード					白せんべい	ベビーフード				
27	日											
28	月	おかゆ	だいこんスープ	おかゆ	ささみのくす煮	だいこん たまねぎスープ	白せんべい	ごはん	大根と厚揚げのそぼろ煮	マカロニサラダ	オレンジ	おにぎりせんべい
29	火	おかゆ	にんじんスープ	おかゆ	白身魚の煮物	キャベツ にんじんスープ	バナナ	ごはん	鶏肉の照り焼き	ひじきと大豆の煮物	バナナ	オレンジゼリー
30	水	おかゆ	キャベツスープ	おかゆ	豆腐 キャベツスープ	にんじんスティック	白せんべい	ごはん	豚肉とごぼうのみそ炒め	ほうれん草のおかか和え	オレンジ	ヨーグルト