등 № 2022年度 11月離乳食献立 午後おやつ 昼食 午後おやつ 昼食 午前 \*は手作り 5,6ヵ月~ 7ヵ月~ 7ヵ月~ 牛乳 ミルク 5 分がゆ (米10) 全がゆ(米20) 野菜がゆ(米20・野菜) サーモンシチュー ほうれん草とキャベツのサラダ ほうれん草のミルク煮 サーモンシチュー(ルウ・野菜) |野菜スープ 火 クラッカー キャベツサラダ 豚肉の南蛮漬 牛乳 ミルク 5 分がゆ (米10) 全がゆ(米20) おにぎり(米20・野菜) 2 ボイルキャベツ 丸ボーロ キャベツのそぼろ煮(ミンチ) キャベツのトロトロ煮 |野菜スープ みそ汁(野菜) 水 玉ねぎと油揚げのみそ汁 れんこん入りハンバーグ 牛乳 ミルク 5 分がゆ (米10) 全がゆ(米20) トマトがゆ(米20・野菜) 4 トマト 玉ねぎのクタクタ煮 あられ ハンバーグ(ミンチ・豆腐・野菜) さつまいもサラダ(野菜) 金 コーンとキャベツの豆乳スープ おやついりこ 人参スティック・キャベツスープ かやくうどん 牛乳 ミルクバナナうどん 煮込みうどん 蒸しパン(HM・ミルク・野菜) 5 バナナ せんべい (麺・野菜・バナナ・だし) (麺・ミンチ・野菜・だし) 野菜スープ バナナ 牛乳 ミルク 5 分がゆ (米10) 全がゆ(米20) 八宝菜 焼いも 7 もやしと人参の中華スープ \*焼き芋 白菜のクタクタ煮 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) |野菜スープ 月 野菜スープ おにぎり(米20・野菜) 鶏のから揚げ塩こうじ 牛乳 ミルク 5 分がゆ (米10) 全がゆ(米20) ビスケット 8 ブロッコリー(酢しょうゆ) ブロッコリー(ポテト) ブロッコリーのそぼろ煮(ミンチ) さつまいもスティック すまし汁(野菜) 火 | 青梗菜と玉ねぎのすまし汁 ミルク 5 分がゆ (米10) 牛乳 全がゆ(米20) チーズトーストスティック \*チーズラスク 具沢山みそ汁(野菜・だし) 野菜スープ 9 ひじきと油揚げの炒め煮 大根の煮物(だし) 白和え(豆腐・野菜) 水 ミルク 5分がゆ (米10) 魚のみそ煮 牛乳 全がゆ(米20) おにぎり(米20・野菜) 10 大根べっこう煮 ポテトスープ おかき 白身魚のすり流し 煮魚・大根の煮物 木 白菜のすまし汁 すまし汁(野菜) イタリアンスパゲッティ 牛乳 ミルク 5分がゆ(米10) スープスパゲッティ じゃこおにぎり(米20・野菜) 11 野菜スープ (パスタ・野菜・ミンチ) 野菜スープ \* あおのりとじゃこの ポテトマッシュ 金 おにぎり 野菜スープ 蒸しパン(HM・ミルク・野菜) カレー 牛乳 ミルク 5 分がゆ (米10) 全がゆ(米20) 野菜スープ 12 ヨーグルトサラダ クラッカー かぼちゃマッシュ 肉団子スープ(豆腐・野菜) 土 ヨーグルト 野菜がゆ(米20・野菜) ミルク 5 分がゆ (米10) サーモンシチュー 牛乳 全がゆ(米20) 14 ほうれん草とキャベツのサラダ クッキー ほうれん草のミルク煮 サーモンシチュー(ルウ・野菜) 野菜スープ キャベツサラダ 月 森のごはん・白身魚のいそべ揚げ | 固形ョーグルト| ミルク| 5 分がゆ (米10) おじや(米20・白身魚・野菜) 蒸しパン(HM・ミルク・野菜) 15 ブロッコリーのごまあえ ブロッコリーマッシュ ブロッコリー・みかん ヨーグルト 火 玉ねぎのすまし汁・みかん すまし汁(野菜) 牛乳 ミルク バナナがゆ (米20) 全がゆ(米20) 野菜がゆ(米20・野菜) 開花煮 りんご 豆腐の野菜あんかけ おろしりんご煮 16 麩のみそ汁 麩と野菜の煮物 みそ汁(麩) 水 レバーとピーナッツの野菜炒め 牛乳 ミルク 5 分がゆ (米10) 全がゆ(米20) お好み焼き レバーのトマト煮(ポテト) 17 えのきとキャベツのスープ かりんとう 玉ねぎのクタクタ煮 (野菜・豆腐・ケチャップ) すまし汁(野菜) 野菜スープ 木 チーズトーストスティック 牛乳 ミルク 5 分がゆ (米10) 全がゆ(米20) 豚汁 具沢山みそ汁(野菜・だし) 18 ひじきと油揚げの炒め煮 \*みるくりこ 大根の煮物(だし) 野菜スープ 白和え(豆腐・野菜) かやくうどん 牛乳 ミルクバナナうどん 煮込みうどん 蒸しパン(HM・ミルク・野菜) 19 バナナ せんべい (麺・野菜・バナナ・だし) |(麺・ミンチ・野菜・だし) 野菜スープ バナナ 土 れんこん入りハンバーグ ミルク 5 分がゆ (米10) 牛乳 トマトがゆ(米20・野菜) 全がゆ(米20) 21 トマト あられ 玉ねぎのクタクタ煮 ハンバーグ(ミンチ・豆腐・野菜) さつまいもサラダ(野菜) おやついりこ 月 コーンとキャベツの豆乳スープ 人参スティック・キャベツスープ 豚肉の南蛮漬 牛乳 ミルク 5 分がゆ (米10) おにぎり(米20・野菜) 全がゆ(米20) 22 ボイルキャベツ 丸ボーロ |野菜スープ キャベツのトロトロ煮 キャベツのそぼろ煮(ミンチ) 火 玉ねぎと油揚げのみそ汁 みそ汁(野菜) 魚のみそ煮 牛乳 ミルク 5 分がゆ (米10) 全がゆ(米20) おにぎり(米20・野菜) 24 大根べっこう煮 おかき 煮魚・大根の煮物 ポテトスープ 白身魚のすり流し 木 白菜のすまし汁 すまし汁(野菜) 鶏のから揚げ塩こうじ 牛乳 ミルク 5 分がゆ (米10) 全がゆ(米20) おにぎり(米20・野菜) 25 ブロッコリー(酢しょうゆ) ブロッコリーのそぼろ煮(ミンチ) ビスケット ブロッコリー(ポテト) さつまいもスティック 金 |青梗菜と玉ねぎのすまし汁 すまし汁(野菜) 牛乳 じゃこおにぎり(米20・野菜) イタリアンスパゲッティ ミルク 5 分がゆ (米10) スープスパゲッティ 26 野菜スープ サブレ ポテトマッシュ (パスタ・野菜・ミンチ) 野菜スープ 土 野菜スープ 焼いも 八宝菜 牛乳 5分がゆ(米10) 全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) 28 もやしと人参の中華スープ \*焼き芋 |野菜スープ 白菜のクタクタ煮 月 野菜スープ |ミルク|バナナがゆ(米20) 全がゆ(米20) 野菜がゆ(米20・野菜) 開花煮 牛乳 29 | 麩のみそ汁 鉄強化ウエハース |麩と野菜の煮物 豆腐の野菜あんかけ 野菜スティック 火 みそ汁(麩) かりんとう カレー 牛乳 ミルク 5 分がゆ (米10) 全がゆ(米20) 蒸しパン(HM・ミルク・野菜) |肉団子スープ(豆腐・野菜) 30 ヨーグルトサラダ \* りんごとレーズンの |かぼちゃマッシュ おろしりんご煮 米粉蒸しパン ヨーグルト 水