



# 11月 離乳食予定献立表



令和5年 10月31日 小柳保育園

日曜日	献立	主な食材
1水	ごはん 焼き魚 小松菜の和え物 さつまい煮 大根の味噌汁 果物	魚 小松菜 人参 もやし さつまい 大根 果物
2木	ごはん 野菜入りマッシュポテト ホイコーロー風 トマト かきたま汁 果物	人参 じゃがいも きゃべつ ピーマン 豚肉 トマト 卵 えのきだけ 果物
4土	ごはん 肉豆腐 野菜サラダ 果汁	豚肉 豆腐 人参 じゃがいも 玉ねぎ レタス きゅうり トマト 卵 果汁
6月	野菜あんかけうどん 果物	玉ねぎ 人参 しらす ほうれん草 わかめ うどん 果物
7火	ごはん 五目あんかけ豆腐 大根煮 わかめと板麩の味噌汁 果物	豆腐 ひじき 人参 いんげん 鶏ひき肉 大根 わかめ 板麩 果物
8水	ごはん 焼鮭 ほうれん草のお浸し かぼちゃ煮 玉ねぎと人参の味噌汁 果物	鮭 ほうれん草 かぼちゃ 玉ねぎ 人参 果物
9木	<お誕生会>パン マカロニのクリーム煮 温野菜サラダ 野菜スープ 果物	パン マカロニ 玉ねぎ 鶏もも肉 きゃべつ コーン 人参 果物
10金	ひじきごはん つくね風 もやしのナムル 千切りスープ 果物	ひじき 人参 ミートボール もやし ほうれん草 豚肉 春雨 長ねぎ 果物
11土	親子丼 サラダ 幼児果汁	卵 鶏肉 玉ねぎ レタス きゅうり トマト 幼児果汁
13月	味噌煮込みうどん 果物	もやし 長ねぎ 豚肉 わかめ 人参 うどん 果物
14火	ごはん すき焼き風 ブロッコリーのツナ和え なすの味噌汁 果物	牛肉 豆腐 白菜 玉ねぎ 長ねぎ 椎茸 ブロッコリー ツナ 果物
15水	ごはん 煮魚 人参と牛肉のきんぴら マカロニ煮 豆腐の味噌汁 果物	魚 人参 牛肉 マカロニ 豆腐 ほうれん草 果物
16木	パン ミートボール もやし炒め煮 きゅうりサラダ 白菜の味噌汁 果物	パン ミートボール もやし 人参 ピーマン きゅうり 白菜 果物
17金	麻婆丼 春雨サラダ トマト わかめスープ 果物	豆腐 豚ひき肉 長ねぎ きゅうり 人参 卵 春雨 トマト わかめ 果物
18土	ごはん 肉じゃが サラダ 果汁	牛肉 人参 じゃがいも 玉ねぎ レタス きゅうり トマト 卵 果汁
20月	肉うどん 果物	うどん わかめ 小松菜 豚肉 長ねぎ 果物
21火	ごはん 鶏肉ねぎ煮 きゃべつのスープ煮 粉ふき芋 きこの味噌汁 果物	鶏もも 長ねぎ 万能ねぎ きゃべつ じゃがいも えのきだけ 果物
22水	ごはん 魚の味噌煮 野菜のそぼろ煮 きゅうりの出汁和え お麩の味噌汁 果物	魚 大根 人参 鶏ひき肉 きゅうり 麩 果物
24金	納豆ご飯 豚汁 マカロニサラダ 果物	納豆 大根 人参 玉ねぎ 豆腐 豚肉 じゃがいも マカロニ きゅうり 納豆 果物
25土	 お弁当の日 	
27月	野菜の煮込みうどん 果物	卵 豚肉 わかめ もやし ほうれん草 人参 果物 うどん
28火	ごはん チャブチェ風 小松菜の煮びたし かぼちゃ煮 ほうれん草の味噌汁 果物	春雨 豚肉 人参 椎茸 ピーマン 小松菜 かぼちゃ ほうれん草 果物
29水	ごはん 鮭と野菜のスープ煮 人参煮 じゃこピーマン 豆腐の味噌汁 果物	鮭 玉ねぎ 人参 じゃこ ピーマン 豆腐 果物
30木	パン ビーフシチュー ブロッコリー 人参サラダ 肉団子 果物	牛肉 人参 玉ねぎ じゃがいも ブロッコリー 肉団子 果物

◎米飯は離乳食の進みと月齢に合わせておかゆ、軟飯、ごはんのいずれかでお出しています。

◎材料、その他の都合により、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。

## 給食から一言

季節は秋になり、すっかり園での給食に慣れて毎日もりもり給食を食べてくれています。美味しい秋の味覚を少しずつ取り入れ、離乳食からでも旬の食材を味わってもらいたいと思っています。



食べ物によるアレルギー症状や体質的に留意が必要な場合はすぐにお知らせください。

食材除去食、対応食を用意します。

アレルギーの場合は医師の所見等も添えて詳細にお知らせください。