



11月の離乳食献立表



ときのはこども園

* 「自然食お菓子」とは、国産の原材料を使用し、添加物不使用のお菓子のことです。
* 仕入れにより、一部内容を変更する場合があります。

日付	5~6か月		7~8か月		9~11か月	
	献立	材料	献立	材料	献立	材料
11/1	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
(金)	人参と白菜の煮物	人参、白菜、だし	鶏肉と人参の煮物	ささみミンチ、人参、白菜、だし、片栗粉	鶏肉と人参の煮物	ささみミンチ、人参、白菜、だし
	小松菜のスープ	小松菜、大根、だし	小松菜のスープ	小松菜、大根、だし	小松菜のスープ ☆フルーツ	小松菜、大根、だし、りんご
11/2	お弁当日					
(土)	★自然食お菓子					自然食お菓子
	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
11/5	カレーと玉葱の煮物	カレー、玉葱、人参、だし	カレーと玉葱の煮物	カレー、玉葱、人参、だし、片栗粉	カレーと玉葱の煮物	カレー、玉葱、人参、だし
(火)	じゃが芋のスープ	じゃが芋、南瓜、だし	じゃが芋のスープ	じゃが芋、南瓜、だし	じゃが芋のスープ ☆プレーン蒸しパン	じゃが芋、南瓜、だし、小麦粉、砂糖、油
	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
11/6	しらすとほうれん草の煮物	しらす、ほうれん草、さつま芋、だし	しらすとほうれん草の煮物	しらす、ほうれん草、さつま芋、だし、片栗粉	しらすとほうれん草の煮物	しらす、ほうれん草、さつま芋、だし
(水)	玉葱と小松菜のスープ	玉葱、小松菜、だし	玉葱と小松菜のスープ	玉葱、小松菜、だし	玉葱と小松菜のスープ ☆焼きうどん	玉葱、小松菜、だし、うどん、玉葱、人参、だし
	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
11/7	かぶと人参の煮物	かぶ、人参、だし	鮭とかぶの煮物	鮭、かぶ、人参、だし、片栗粉	鮭とかぶの煮物	鮭、かぶ、人参、だし
(木)	白菜と玉葱のスープ	白菜、玉葱、だし	白菜と玉葱のスープ	白菜、玉葱、だし	白菜と玉葱のスープ ☆元気もりもり粥	白菜、玉葱、だし、米、玉葱、人参、だし
	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
11/8	ブロッコリーと玉葱の煮物	ブロッコリー、玉葱、だし	鶏肉とブロッコリーの煮物	ささみミンチ、ブロッコリー、玉葱、だし、片栗粉	鶏肉とブロッコリーの煮物	ささみミンチ、ブロッコリー、玉葱、だし
(金)	根菜スープ	じゃが芋、人参、だし	根菜スープ	じゃが芋、人参、だし	根菜スープ ☆きな粉パン	じゃが芋、人参、だし、食パン、きな粉
	おかゆ	米	パン粥	食パン	パン粥	食パン
11/9	トマトとブロッコリーの煮物	トマト、ブロッコリー、だし	鶏肉とトマトの煮物	ささみ、トマト、ブロッコリー、だし、片栗粉	鶏肉とトマトの煮物	ささみ、トマト、ブロッコリー、だし
(土)	じゃが芋と玉葱のスープ	じゃが芋、玉葱、だし	じゃが芋と玉葱のスープ	じゃが芋、玉葱、だし	じゃが芋と玉葱のスープ ☆自然食お菓子	じゃが芋、玉葱、だし、自然食お菓子
	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
11/11	玉葱と南瓜の煮物	玉葱、南瓜、だし	玉葱と南瓜の煮物	玉葱、南瓜、だし	玉葱と南瓜の煮物	玉葱、南瓜、だし
(月)	高野豆腐と大根のスープ	高野豆腐、大根、人参、だし	高野豆腐と大根のスープ	高野豆腐、大根、人参、だし	高野豆腐と大根のスープ ☆プレーンケーキ	高野豆腐、大根、人参、だし、小麦粉、砂糖、油
	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
11/12	南瓜とキャベツの煮物	南瓜、キャベツ、だし	大豆と南瓜の煮物	大豆、南瓜、キャベツ、だし	大豆と南瓜の煮物	大豆、南瓜、キャベツ、だし
(火)	トマトと玉葱のスープ	トマト、玉葱、だし	トマトと玉葱のスープ	トマト、玉葱、だし	トマトと玉葱のスープ ☆スティックさつま芋	トマト、玉葱、だし、さつま芋
	おかゆ	米	彩りうどん	うどん、白菜、人参、だし	彩りうどん	うどん、白菜、人参、だし
11/13	カレーとさつま芋の煮物	カレー、さつま芋、チンゲン菜、だし	彩りうどん	うどん、白菜、人参、だし	彩りうどん	うどん、白菜、人参、だし
(水)	白菜と人参のスープ	白菜、人参、だし	カレーとさつま芋の煮物	カレー、さつま芋、チンゲン菜、だし、片栗粉	カレーとさつま芋の煮物 ☆ひじき粥	カレー、さつま芋、チンゲン菜、だし、米、ひじき、人参、だし
	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
11/14	豆腐ときゅうりの煮物	豆腐、きゅうり、人参、だし	豆腐ときゅうりの煮物	豆腐、きゅうり、人参、だし	豆腐ときゅうりの煮物	豆腐、きゅうり、人参、だし
(木)	小松菜と玉葱のスープ	小松菜、玉葱、だし	小松菜と玉葱のスープ	小松菜、玉葱、だし	小松菜と玉葱のスープ ☆きな粉パンケーキ	小松菜、玉葱、だし、きな粉、小麦粉、砂糖、油
	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
11/15	チンゲン菜とさつま芋の煮物	チンゲン菜、さつま芋、だし	鶏肉とチンゲン菜の煮物	ささみミンチ、チンゲン菜、さつま芋、だし、片栗粉	豚肉とチンゲン菜の煮物	豚ミンチ、チンゲン菜、さつま芋、だし
(金)	ポパイスープ	ほうれん草、白菜、だし	ポパイスープ	ほうれん草、白菜、だし	ポパイスープ ☆のりパン	ほうれん草、白菜、だし、食パン、青のり
	おかゆ	米	パン粥	食パン	パン粥	食パン
11/16	じゃが芋と人参のスープ	じゃが芋、人参、大根、だし	鶏肉とじゃが芋のスープ	ささみ、じゃが芋、人参、大根、だし	鶏肉とじゃが芋のスープ	ささみ、じゃが芋、人参、大根、だし
(土)	フルーツ	バナナ	フルーツ	バナナ	フルーツ ☆コーンフレーク	バナナ、コーンフレーク

- 2日はお弁当日です。ベビーフードの持参をお願いします。
- 9~11か月食は午前おやつで自然食お菓子を提供しています。(月水金：紫芋チップ、火木土：赤ちゃんせんべい)
- 5~6か月、7~8か月、9~11か月は こんぶだし、かつおだし を使用しています。
- 9~11か月のおやつで提供するパンケーキ類には、ベーキングパウダー(アルミフリー)を、使用しています。
- お子様の喫食状況に合わせて、肉や魚などに片栗粉でとろみをつけて提供します。
- ☆は、おやつです。



11月の離乳食献立表



ときのはこども園

* 「自然食お菓子」とは、国産の原材料を使用し、添加物不使用のお菓子のことです。

* 仕入れにより、一部内容を変更する場合があります。

日付	5～6か月		7～8か月		9～11か月	
	献立	材 料	献立	材 料	献立	材 料
11/18 (月)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	カレイと人参の煮物	カレイ、人参、玉葱、だし	カレイと人参の煮物	カレイ、人参、玉葱 だし、片栗粉	カレイと人参の煮物	カレイ、人参、玉葱、だし
	大根のスープ	大根、じゃが芋、だし	大根のスープ	大根、じゃが芋、だし	大根のスープ ☆バナナヨーグルト	大根、じゃが芋、だし ヨーグルト、バナナ
11/19 (火)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	キャベツと南瓜の煮物	キャベツ、南瓜、だし	鶏肉とキャベツの煮物	ささみミンチ、キャベツ 南瓜、だし、片栗粉	鶏肉とキャベツの煮物	ささみミンチ、キャベツ 南瓜、だし
11/20 (水)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	人参の白和え風煮	豆腐、人参 ほうれん草、だし	人参の白和え風煮	豆腐、人参 ほうれん草、だし	人参の白和え風煮	豆腐、人参 ほうれん草、だし
11/21 (木)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	カレイと ブロッコリーの煮物	カレイ、ブロッコリー ほうれん草、だし	カレイと ブロッコリーの煮物	カレイ、ブロッコリー ほうれん草、だし、片栗粉	カレイと ブロッコリーの煮物	カレイ、ブロッコリー ほうれん草、だし
11/22 (金)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	玉葱とさつまいもの煮物	玉葱、さつまいも、だし	鶏肉と玉葱の煮物	ささみ、玉葱 さつまいも、だし、片栗粉	鶏肉と玉葱の煮物	ささみ、玉葱 さつまいも、だし
11/25 (月)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	かぶのスープ	かぶ、トマト、だし	かぶのスープ	かぶ、トマト、だし	かぶのスープ ☆バタートースト	かぶ、トマト、だし 食パン、バター
11/26 (火)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	しらすと さつまいもの煮物	しらす、さつまいも 人参、だし	しらすと さつまいもの煮物	しらす、さつまいも 人参、だし、片栗粉	しらすと さつまいもの煮物	しらす、さつまいも 人参、だし
11/27 (水)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	玉葱と大根のスープ	玉葱、大根、だし	玉葱と大根のスープ	玉葱、大根、だし	玉葱と大根のスープ ☆コーンフレーク	玉葱、大根、だし コーンフレーク
11/28 (木)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	大根と人参の煮物	大根、人参、だし	鶏肉と大根の煮物	ささみミンチ、大根 人参、だし、片栗粉	牛肉と大根の煮物	牛ミンチ、大根 人参、だし
11/29 (金)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	オニオンスープ	玉葱、ほうれん草、だし	オニオンスープ	玉葱、ほうれん草、だし	オニオンスープ ☆お焼き	玉葱、ほうれん草、だし 小麦粉、キャベツ、青葱、だし
11/30 (土)	おかゆ	米	パン粥	食パン	パン粥	食パン
	さつまいもと玉葱の煮物	さつまいも、玉葱、だし	大豆とさつまいもの煮物	大豆、さつまいも 玉葱、だし	大豆とさつまいもの煮物	大豆、さつまいも 玉葱、だし
11/18 (月)	人参と小松菜のスープ	人参、小松菜、だし	人参と小松菜のスープ	人参、小松菜、だし	人参と小松菜のスープ ☆南瓜蒸しパン	人参、小松菜、だし 南瓜、小麦粉、砂糖、油
	きゅうりと人参の煮物	きゅうり、人参、だし	鶏肉ときゅうりの煮物	ささみ、きゅうり 人参、だし、片栗粉	鶏肉ときゅうりの煮物	ささみ、きゅうり 人参、だし
11/19 (火)	白菜のスープ	白菜、ほうれん草、だし	白菜のスープ	白菜、ほうれん草、だし	白菜のスープ ☆さつまいも粥	白菜、ほうれん草、だし 米、さつまいも、だし
	しらす粥	米、しらす	しらす粥	米、しらす	しらす粥	米、しらす
11/20 (水)	じゃが芋と玉葱の煮物	じゃが芋、玉葱、だし	じゃが芋と玉葱の煮物	じゃが芋、玉葱、だし	じゃが芋と玉葱の煮物	じゃが芋、玉葱、だし
	かぶと人参のスープ	かぶ、人参、だし	かぶと人参のスープ	かぶ、人参、だし	かぶと人参のスープ ☆のりトースト	かぶ、人参、だし 食パン、青のり
11/21 (木)	おかゆ	米	パン粥	食パン	パン粥	食パン
	高野豆腐と ほうれん草の煮物	高野豆腐、ほうれん草 人参、だし	高野豆腐と ほうれん草の煮物	高野豆腐、ほうれん草 人参、だし	高野豆腐と ほうれん草の煮物	高野豆腐、ほうれん草 人参、だし
11/22 (金)	大根と玉葱のスープ	大根、玉葱、だし	大根と玉葱のスープ	大根、玉葱、だし	大根と玉葱のスープ ☆自然食お菓子	大根、玉葱、だし 自然食お菓子

- ・2日はお弁当日です。ベビーフードの持参をお願いします。
- ・9～11か月食は午前おやつで自然食お菓子を提供しています。(赤ちゃんせんべい)
- ・5～6か月、7～8か月、9～11か月は こんぶだし、かつおだし を使用しています。
- ・9～11か月のおやつで提供するパンケーキ類には、ベーキングパウダー(アルミフリー)を、使用しています。
- ・お子様の喫食状況に合わせて、肉や魚などに片栗粉でとろみをつけて提供します。
- ・☆は、おやつです。