



# 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 (金)	おかゆ 人参と白菜の煮物 小松菜のスープ	米 人参、白菜、だし 小松菜、大根、だし	おかゆ 鶏肉と人参の煮物 小松菜のスープ	米 ささみミンチ、人参 白菜、だし、片栗粉 小松菜、大根、だし	おかゆ 鶏肉と人参の煮物 小松菜のスープ ☆フルーツ	米 ささみミンチ、人参 白菜、だし 小松菜、大根、だし りんご
11/2 (土)	お弁当日					
11/5 (火)	おかゆ カレーと玉葱の煮物 じゃが芋のスープ	米 カレー、玉葱、人参、だし じゃが芋、南瓜、だし	おかゆ カレーと玉葱の煮物 じゃが芋のスープ	米 カレー、玉葱 人参、だし、片栗粉 じゃが芋、南瓜、だし	★自然食お菓子 おかゆ カレーと玉葱の煮物 じゃが芋のスープ ☆プレーン蒸しパン	自然食お菓子 米 カレー、玉葱、人参、だし じゃが芋、南瓜、だし 小麦粉、砂糖、油
11/6 (水)	おかゆ しらすと ほうれん草の煮物 玉葱と小松菜のスープ	米 しらす、ほうれん草 さつま芋、だし 玉葱、小松菜、だし	おかゆ しらすと ほうれん草の煮物 玉葱と小松菜のスープ	米 しらす、ほうれん草 さつま芋、だし、片栗粉 玉葱、小松菜、だし	おかゆ しらすと ほうれん草の煮物 玉葱と小松菜のスープ ☆焼きうどん	米 しらす、ほうれん草 さつま芋、だし 玉葱、小松菜、だし うどん、玉葱、人参、だし
11/7 (木)	おかゆ かぶと人参の煮物 白菜と玉葱のスープ	米 かぶ、人参、だし 白菜、玉葱、だし	おかゆ 鮭とかぶの煮物 白菜と玉葱のスープ	米 鮭、かぶ、人参 だし、片栗粉 白菜、玉葱、だし	おかゆ 鮭とかぶの煮物 白菜と玉葱のスープ ☆元気もりもり粥	米 鮭、かぶ、人参、だし 白菜、玉葱、だし 米、玉葱、人参、だし
11/8 (金)	おかゆ ブロッコリーと 玉葱の煮物 根菜スープ	米 ブロッコリー、玉葱、だし じゃが芋、人参、だし	おかゆ 鶏肉と ブロッコリーの煮物 根菜スープ	米 ささみミンチ、ブロッコリー 玉葱、だし、片栗粉 じゃが芋、人参、だし	おかゆ 鶏肉と ブロッコリーの煮物 根菜スープ ☆きな粉パン	米 ささみミンチ、ブロッコリー 玉葱、だし じゃが芋、人参、だし 食パン、きな粉
11/9 (土)	おかゆ トマトと ブロッコリーの煮物 じゃが芋と 玉葱のスープ	米 トマト、ブロッコリー、だし じゃが芋、玉葱、だし	パン粥 鶏肉とトマトの煮物 じゃが芋と 玉葱のスープ	食パン ささみ、トマト ブロッコリー、だし、片栗粉 じゃが芋、玉葱、だし	パン粥 鶏肉とトマトの煮物 じゃが芋と玉葱のスープ ☆自然食お菓子	食パン ささみ、トマト ブロッコリー、だし じゃが芋、玉葱、だし 自然食お菓子
11/11 (月)	おかゆ 玉葱と南瓜の煮物 高野豆腐と 大根のスープ	米 玉葱、南瓜、だし 高野豆腐、大根、人参、だし	おかゆ 玉葱と南瓜の煮物 高野豆腐と 大根のスープ	米 玉葱、南瓜、だし 高野豆腐、大根、人参、だし	おかゆ 玉葱と南瓜の煮物 高野豆腐と大根のスープ ☆プレーンケーキ	米 玉葱、南瓜、だし 高野豆腐、大根、人参、だし 小麦粉、砂糖、油
11/12 (火)	おかゆ 南瓜とキャベツの煮物 トマトと玉葱のスープ	米 南瓜、キャベツ、だし トマト、玉葱、だし	おかゆ 大豆と南瓜の煮物 トマトと玉葱のスープ	米 大豆、南瓜 キャベツ、だし トマト、玉葱、だし	おかゆ 大豆と南瓜の煮物 トマトと玉葱のスープ ☆スティックさつま芋	米 大豆、南瓜 キャベツ、だし トマト、玉葱、だし さつま芋
11/13 (水)	おかゆ カレーと さつま芋の煮物 白菜と人参のスープ	米 カレー、さつま芋 チンゲン菜、だし 白菜、人参、だし	彩りうどん カレーと さつま芋の煮物	うどん、白菜、人参、だし カレー、さつま芋 チンゲン菜、だし、片栗粉	彩りうどん カレーとさつま芋の煮物 ☆ひじき粥	うどん、白菜、人参、だし カレー、さつま芋、チンゲン菜、だし 米、ひじき、人参、だし
11/14 (木)	おかゆ 豆腐ときゅうりの煮物 小松菜と玉葱のスープ	米 豆腐、きゅうり、人参、だし 小松菜、玉葱、だし	おかゆ 豆腐ときゅうりの煮物 小松菜と玉葱のスープ	米 豆腐、きゅうり、人参、だし 小松菜、玉葱、だし	おかゆ 豆腐ときゅうりの煮物 小松菜と玉葱のスープ ☆きな粉パンケーキ	米 豆腐、きゅうり、人参、だし 小松菜、玉葱、だし きな粉、小麦粉、砂糖、油
11/15 (金)	おかゆ チンゲン菜と さつま芋の煮物 ポパイスープ	米 チンゲン菜、さつま芋、だし ほうれん草、白菜、だし	おかゆ 鶏肉と チンゲン菜の煮物 ポパイスープ	米 ささみミンチ、チンゲン菜 さつま芋、だし、片栗粉 ほうれん草、白菜、だし	おかゆ 豚肉と チンゲン菜の煮物 ポパイスープ ☆のりパン	米 豚ミンチ、チンゲン菜 さつま芋、だし ほうれん草、白菜、だし 食パン、青のり
11/16 (土)	おかゆ じゃが芋と 人参のスープ フルーツ	米 じゃが芋、人参、大根、だし バナナ	パン粥 鶏肉と じゃが芋のスープ フルーツ	食パン ささみ、じゃが芋、人参 大根、だし バナナ	パン粥 鶏肉と じゃが芋のスープ フルーツ ☆コーンフレーク	食パン ささみ、じゃが芋、人参 大根、だし 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
	チンゲン菜のスープ	チンゲン菜、人参、だし	チンゲン菜のスープ	チンゲン菜、人参、だし	チンゲン菜のスープ ☆マカロニきな粉	チンゲン菜、人参、だし マカロニ、きな粉
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
	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 ☆わかめ粥	白菜、玉葱、だし 米、わかめ、人参、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
	キャロットスープ	人参、小松菜、だし	キャロットスープ	人参、小松菜、だし	キャロットスープ ☆フルーツ	人参、小松菜、だし バナナ
11/22 (金)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	玉葱とさつま芋の煮物	玉葱、さつま芋、だし	鶏肉と玉葱の煮物	ささみ、玉葱 さつま芋、だし、片栗粉	鶏肉と玉葱の煮物	ささみ、玉葱 さつま芋、だし
	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
11/25 (月)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	しらすと さつま芋の煮物	しらす、さつま芋 人参、だし	しらすと さつま芋の煮物	しらす、さつま芋 人参、だし、片栗粉	しらすと さつま芋の煮物	しらす、さつま芋 人参、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	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
11/26 (火)	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
	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
11/27 (水)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	さつま芋と玉葱の煮物	さつま芋、玉葱、だし	大豆とさつま芋の煮物	大豆、さつま芋 玉葱、だし	大豆とさつま芋の煮物	大豆、さつま芋 玉葱、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	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
11/28 (木)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	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
	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 ☆さつま芋粥	白菜、ほうれん草、だし 米、さつま芋、だし
11/29 (金)	しらす粥	米、しらす	しらす粥	米、しらす	しらす粥	米、しらす
	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
11/30 (土)	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
	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。