# 2023年11月　離乳食献立表

社会福祉法人　都島友の会
都島第二乳児保育センター

| 日<br>曜日 | AM間食 | 昼食 | 材料 | 間食<br>(3時) | 材料 | 延長<br>(6時) | 材料 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 離乳　後期食 | | | | |
| 1<br>水 | ハイハイン<br>野菜 | 軟飯　ひじきの炒め物<br>魚の味噌焼き<br>すまし汁 | 米　/　ひじき　人参　醤油　上白糖　かつお昆布だし<br>鰈　味噌　上白糖　かつお昆布だし<br>小松菜　えのき茸　かつお昆布だし　醤油　上白糖　食塩 | ふかし芋 | じゃが芋<br>食塩 | ハイハイン | ハイハイン |
| 2<br>木 | ハイハイン | 肉うどん<br>人参の甘煮<br>しらす和え | うどん　牛肉　玉葱　醤油　上白糖　かつお昆布だし<br>人参　上白糖　かつお昆布だし<br>キャベツ　小松菜　しらす　醤油　上白糖　かつお昆布だし | さつま芋<br>おにぎり | 米<br>さつま芋<br>食塩 | お子様せんべい | お子様せんべい |
| 3<br>金 | | 文化の日 | | | | | |
| 4<br>土 | ハイハイン | チャーハン<br>スープ | 米　豚肉　玉葱　人参　コーン　食塩　醤油　上白糖　かつお昆布だし<br>大根　白菜　かつお昆布だし　醤油　上白糖　食塩 | お子様せんべい | お子様せんべい | | |
| 6<br>月 | ハイハイン<br>野菜 | ビビンバ風ごはん<br>中華スープ<br>オレンジ | 米　牛肉　ほうれん草　もやし　人参　醤油　上白糖　かつお昆布だし<br>大根　しめじ茸　わかめ　かつお昆布だし　醤油　上白糖　食塩<br>オレンジ | オーブンポテト | じゃが芋<br>食塩 | 南瓜蒸しパン | 小麦粉　油<br>ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ<br>上白糖　水<br>南瓜 |
| 7<br>火 | ハイハイン | 里芋ご飯　お浸し<br>魚の塩麹焼き<br>みそ汁 | 米　里芋　人参　醤油　かつお昆布だし　/　白菜　小松菜　醤油　上白糖　かつお昆布だし<br>鰈　塩こうじ<br>しめじ茸　えのき茸　豆腐　かつお昆布だし　味噌 | きなこサンド | パン<br>きなこ<br>上白糖　水 | お子様せんべい | お子様せんべい |
| 8<br>水 | ハイハイン<br>野菜 | 軟飯<br>ポークシチュー<br>バナナヨーグルト | 米<br>豚肉　玉葱　人参　じゃが芋　かつお昆布だし　ケチャップ　醤油　上白糖　食塩　片栗粉<br>ヨーグルト　バナナ | お子様せんべい | お子様せんべい | ほうれん草<br>パンケーキ | 小麦粉　油<br>ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ<br>上白糖　水<br>ほうれん草 |
| 9<br>木 | ハイハイン | 軟飯　スティック野菜<br>牛肉とピーマンの炒め物<br>みそ汁 | 米　/　胡瓜　大根　人参　酢　上白糖　食塩　かつお昆布だし<br>牛肉　ピーマン　玉葱　醤油　上白糖　かつお昆布だし　片栗粉<br>厚揚げ　しめじ茸　かつお昆布だし　味噌 | 人参蒸しパン | 小麦粉　油<br>ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ<br>上白糖　水<br>人参 | バナナ | バナナ |
| 10<br>金 | ハイハイン<br>野菜 | スパゲティナポリタン<br>野菜サラダ<br>バナナ | スパゲティ　玉葱　マッシュルーム　ピーマン　コーン　ケチャップ　食塩　上白糖　かつお昆布だし<br>胡瓜　人参　鶏肉　酢　上白糖　食塩　かつお昆布だし<br>バナナ | おかかおにぎり | 米　人参<br>かつお節<br>醤油　上白糖<br>かつお昆布だし | ハイハイン野菜 | ハイハイン野菜 |
| 11<br>土 | ハイハイン | 豚肉丼ぶり<br>みそ汁 | 米　豚肉　玉葱　もやし　醤油　上白糖　かつお昆布だし　片栗粉<br>里芋　えのき茸　かつお昆布だし　味噌 | お子様せんべい | お子様せんべい | | |
| 13<br>月 | ハイハイン<br>野菜 | 軟飯　胡瓜のツナ和え<br>鶏肉のみぞれあん<br>みそ汁 | 米　/　胡瓜　人参　ツナ　醤油　上白糖　かつお昆布だし<br>鶏肉　大根　醤油　上白糖　かつお昆布だし　片栗粉<br>ほうれん草　豆腐　かつお昆布だし　味噌 | お子様せんべい | お子様せんべい | バナナ | バナナ |
| 14<br>火 | ハイハイン | パン　イタリアンサラダ<br>ミートボールのきのこソースかけ<br>白菜のスープ | パン　/　ブロッコリー　人参　コーン　胡瓜　酢　上白糖　食塩　かつお昆布だし<br>牛肉　豚肉　鶏肉　鶏肝臓　大豆　玉葱　片栗粉　/　しめじ茸　ケチャップ　醤油　上白糖　かつお昆布だし<br>白菜　人参　かつお昆布だし　醤油　上白糖　食塩 | スイートポテト | さつま芋<br>上白糖 | ハイハイン | ハイハイン |
| 15<br>水 | ハイハイン<br>野菜 | 軟飯　野菜のソテー<br>鮭のムニエル<br>豆乳スープ | 米　/　豚肉　キャベツ　ブロッコリー　人参　しめじ茸　食塩　醤油　上白糖　かつお昆布だし<br>鮭　片栗粉　食塩<br>豆乳　ほうれん草　人参　コーン　豆乳　上白糖　食塩　かつお昆布だし | 焼き芋 | さつま芋 | きなこ蒸しパン | 小麦粉　油<br>ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ<br>上白糖　水<br>きなこ |
| 16<br>木 | ハイハイン | 軟飯　おかか和え<br>豚肉とじゃが芋の炒め物<br>みそ汁 | 米　/　キャベツ　ほうれん草　かつお節　醤油　上白糖　かつお昆布だし<br>じゃが芋　人参　玉葱　豚肉　食塩　醤油　上白糖　かつお昆布だし<br>なめこ　豆腐　かつお昆布だし　味噌 | きな粉<br>スティックパン | パン<br>きな粉<br>上白糖 | お子様せんべい | お子様せんべい |
| 17<br>金 | ハイハイン<br>野菜 | 軟飯　青梗菜の和え物<br>肉団子のあんかけ<br>みそ汁 | 米　/　青梗菜　キャベツ　人参　醤油　上白糖　かつお昆布だし<br>鶏肉　玉葱　ひじき　油揚げ　醤油　上白糖　かつお昆布だし　片栗粉<br>南瓜　えのき茸　かつお昆布だし　味噌 | コーン蒸しパン | 小麦粉　油<br>ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ<br>上白糖　水<br>コーン | ハイハイン | ハイハイン |
| 18<br>土 | ハイハイン | 中華どんぶり<br>スープ | 米　豚肉　白菜　玉葱　人参　醤油　上白糖　かつお昆布だし<br>大根　人参　かつお昆布だし　醤油　上白糖　食塩 | お子様せんべい | お子様せんべい | | |
| 20<br>月 | ハイハイン<br>野菜 | あんかけチャーハン<br>中華風和え物<br>わかめスープ | 米　豚肉　玉葱　コーン　食塩　醤油　/　もやし　青梗菜　人参　醤油　上白糖　かつお昆布だし<br>春雨　胡瓜　キャベツ　酢　上白糖　醤油　かつお昆布だし<br>わかめ　かつお昆布だし　醤油　上白糖　食塩 | 小豆入りケーキ | 小麦粉　油<br>ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ<br>上白糖　水<br>ゆで小豆 | ふかし芋 | ふかし芋 |
| 21<br>火 | ハイハイン | 軟飯　胡瓜としらすの酢の物<br>厚揚げ入り炒め物<br>すまし汁 | 米　/　胡瓜　わかめ　しらす　酢　上白糖　醤油　かつお昆布だし<br>厚揚げ　豚肉　人参　大根　いんげん　味噌　醤油　上白糖　かつお昆布だし<br>えのき茸　かつお昆布だし　醤油　上白糖　食塩 | 大学芋 | さつま芋<br>上白糖 | バナナ | バナナ |
| 22<br>水 | ハイハイン<br>野菜 | パン　野菜サラダ<br>チキンとマカロニの豆乳煮<br>スープ | パン　/　キャベツ　胡瓜　ピーマン　コーン　酢　上白糖　食塩　かつお昆布だし<br>マカロニ　鶏肉　玉葱　しめじ茸　ブロッコリー　豆乳　食塩　かつお昆布だし　片栗粉<br>人参　かつお昆布だし　醤油　上白糖　食塩 | ひじきおにぎり | 米　人参<br>ひじき<br>醤油　上白糖<br>かつお昆布だし | お子様せんべい | お子様せんべい |
| 23<br>木 | | 勤労感謝の日 | | | | | |
| 24<br>金 | ハイハイン<br>野菜 | 鶏肉のあんかけ丼ぶり<br>白菜の和え物<br>みそ汁 | 米　鶏肉　人参　玉葱　醤油　上白糖　かつお昆布だし　片栗粉<br>白菜　人参　醤油　上白糖　かつお昆布だし<br>じゃが芋　小松菜　かつお昆布だし　味噌 | お子様せんべい | お子様せんべい | ハイハイン | ハイハイン |
| 25<br>土 | ハイハイン | 和風スパゲティ<br>スープ | スパゲティ　しらす　キャベツ　しめじ茸　ほうれん草　食塩　醤油　上白糖　かつお昆布だし<br>人参　大根　かつお昆布だし　醤油　上白糖　食塩 | お子様せんべい | お子様せんべい | | |
| 27<br>月 | ハイハイン<br>野菜 | 軟飯　みそ汁<br>鶏の照り焼き<br>大豆の煮物 | 米　/　豆腐　小松菜　かつお昆布だし　味噌<br>鶏肉　醤油　上白糖<br>大豆　人参　大根　醤油　上白糖　かつお昆布だし | お子様せんべい | お子様せんべい | じゃが芋もち | じゃが芋もち |
| 28<br>火 | ハイハイン | 魚のピラフ<br>トマトサラダ<br>スープ | 米　鰈　玉葱　人参　ピーマン　食塩　醤油　かつお昆布だし<br>トマト　胡瓜　わかめ　酢　上白糖　醤油　かつお昆布だし<br>かぶ　かぶの葉　かつお昆布だし　醤油　上白糖　食塩 | きな粉バナナ | バナナ<br>きな粉<br>上白糖 | ハイハイン | ハイハイン |
| 29<br>月 | ハイハイン<br>野菜 | 軟飯　みそ汁<br>すき焼き風煮込み<br>胡瓜の和え物 | 米　/　えのき茸　油揚げ　小松菜　かつお昆布だし　味噌<br>牛肉　玉葱　人参　白菜　豆腐　醤油　上白糖　かつお昆布だし<br>胡瓜　人参　醤油　上白糖　かつお昆布だし | りんご<br>ジャムサンド | パン<br>りんご<br>上白糖 | お子様せんべい | お子様せんべい |
| 30<br>火 | ハイハイン | 味噌うどん<br>南瓜の煮物<br>白菜の和え物 | うどん　豚肉　人参　青梗菜　大根　厚揚げ　味噌　醤油　上白糖　かつお昆布だし<br>南瓜　醤油　上白糖　かつお昆布だし<br>白菜　胡瓜　醤油　上白糖　かつお昆布だし | 鮭おにぎり | 米<br>鮭<br>食塩 | ハイハイン野菜 | ハイハイン野菜 |

まだまだ秋の味覚がおいしい季節ですね。
今月のメニューにも、柿やりんご、さつま芋などの旬の野菜を多く取り入れています。
おいしい新米と秋の味覚を食べて、体調管理に注意しましょう！！

給食では、卵を含まないマヨネーズタイプの調味料を使用しています。

メディッシュフードサービス
管理栄養士　作成