

# 令和 5年11月 離乳食献立表



		中期	後期
1 (水)	昼食	・7倍粥・大根スープ・豆腐の煮物・ほうれん草煮浸し	・全粥・味噌汁・豆腐ステーキ・大根サラダ
	午後		・ほうれん草粥
2 (木)	昼食	・7倍粥・すまし汁・煮魚・ブロッコリー煮	・全粥・とうもろこしスープ・煮魚・ブロッコリーサラダ
	午後		・ハイハイン
4 (土)	昼食	・7倍粥・キャベツスープ・じゃがいものそぼろあんかけ・みかん	・全粥・キャベツスープ・ツナとじゃがいも煮・みかん
	午後		・ハイハイン
6 (月)	昼食	・7倍粥・かぶのスープ・煮魚・さつまいもの煮物	・全粥・かぶのスープ・魚の味噌煮・小松菜のお浸し
	午後		・さつまいもスティック
7 (火)	昼食	・7倍粥・ブロッコリースープ・鶏肉と白菜の煮物・トマト煮	・全粥・ブロッコリースープ・豚肉野菜炒め・トマト
	午後		・かぼちゃ粥
8 (水)	昼食	・7倍粥・すまし汁・キャベツのひき肉あんかけ・じゃがいも煮	・全粥・すまし汁・牛肉と野菜の旨煮・ピーマンサラダ
	午後		・じゃがいもスティック
9 (木)	昼食	・パン粥(食パン)・野菜スープ・大根のそぼろ煮・ブロッコリー煮浸し	・パン粥(食パン)・大根スープ・ピーマンと鶏肉の炒め物・ポイルブロッコリー
	午後		・ハイハイン
10 (金)	昼食	・7倍粥・大根スープ・鶏肉とさつまいもの煮物・バナナ	・全粥・味噌汁・鶏肉の煮物・バナナ
	午後		・野菜雑炊
11 (土)	昼食	・7倍粥・キャベツスープ・かぶのそぼろあんかけ・きゅうり煮	・全粥・キャベツスープ・かぶのそぼろ煮・きゅうりのお浸し
	午後		・ハイハイン
13 (月)	昼食	・7倍粥・ほうれん草スープ・じゃがいものしらす煮・りんご	・全粥・ほうれん草スープ・大豆煮・りんご
	午後		・しらす粥
14 (火)	昼食	・7倍粥・すまし汁・煮魚・白菜の煮浸し	・全粥・味噌汁・煮魚・おろし和え
	午後		・さといも煮
15 (水)	昼食	・7倍粥・小松菜スープ・さつまいものひき肉煮・みかん	・全粥・小松菜スープ・鶏肉の煮物・みかん
	午後		・さつまいもスティック
16 (木)	昼食	・7倍粥・かぶのスープ・魚の彩り煮・かぼちゃ煮	・全粥・かぶのスープ・魚の彩り煮・かぼちゃの甘煮
	午後		・ハイハイン

		中期	後期
17 (金)	昼食	・煮込みうどん・ヨーグルト・大根の旨煮	・煮込みうどん・ヨーグルト・大根サラダ
	午後		・ツナ粥
18 (土)	昼食	・7倍粥・じゃがいもスープ・豆腐の煮物・キャベツの煮浸し	・全粥・わかめスープ・豆腐ステーキ・じゃがいも煮
	午後		・ハイハイン
20 (月)	昼食	・パン粥(食パン)・野菜スープ・じゃがいものそぼろあんかけ・トマト煮	・パン粥(食パン)・野菜スープ・大豆煮・トマトサラダ
	午後		・じゃがいもスティック
21 (火)	昼食	・7倍粥・なすスープ・豆腐の煮物・バナナ	・全粥・味噌汁・豆腐の煮物・バナナ
	午後		・野菜雑炊
22 (水)	昼食	・7倍粥・ブロッコリースープ・煮魚・ほうれん草の煮浸し	・全粥・ブロッコリースープ・煮魚・ほうれん草の和え物
	午後		・にゅうめん
24 (金)	昼食	・7倍粥・さつまいもスープ・魚とキャベツ煮・りんご	・全粥・キャベツスープ・魚の旨煮・りんご
	午後		・さつまいもスティック
25 (土)	昼食	・7倍粥・かぼちゃスープ・大根のそぼろあんかけ・ブロッコリー煮	・全粥・かぼちゃスープ・大根のそぼろ煮・ブロッコリーサラダ
	午後		・ハイハイン
27 (月)	昼食	・7倍粥・すまし汁・鶏肉の煮物・みかん	・全粥・もやしスープ・野菜のひき肉炒め・みかん
	午後		・じゃがいもスティック
28 (火)	昼食	・7倍粥・大根スープ・煮魚・白菜の煮浸し	・全粥・味噌汁・煮魚・白菜のお浸し
	午後		・パン粥(食パン)
29 (水)	昼食	・7倍粥・ほうれん草スープ・さつまいものそぼろあんかけ・かぶの煮物	・全粥・ほうれん草スープ・納豆煮・かぶの和え物
	午後		・さつまいもスティック
30 (木)	昼食	・7倍粥・カリフラワースープ・魚の彩り煮・きゅうり煮浸し	・全粥・カリフラワースープ・魚の彩り煮・ひじきサラダ
	午後		・ハイハイン