

令和6年度11月 離乳食予定献立表（12か月頃～）

日	離乳食	材 料	
金	1	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		鶏の照り焼き	鶏肉、酒、みりん、砂糖、しょうゆ。
		茹で野菜・味噌汁	ブロッコリー、人参、麩、じゃがいも、万能葱、煮干しだし、味噌。
		ふかしいも・牛乳	さつまいも。牛乳。
土	2	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		田舎風煮	鶏肉、じゃがいも、人参、凍り豆腐、ごぼう、削り節だし、油、砂糖、しょうゆ、酒、みりん、いんげん。
		味噌汁	もやし、しめじ、長葱、煮干しだし、味噌。
	トーストパン・お茶	食パン、バター。お茶。	
火	5	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		焼肉	豚肉、油、しょうゆ。
		おかか和え・味噌汁	キャベツ、人参、きゅうり、削り節だし、しょうゆ、削り節。凍り豆腐、青菜、えのきたけ、煮干しだし、味噌。
		米粉のきな粉蒸しパン・牛乳	米粉、ベーキングパウダー、砂糖、きな粉、無調整豆乳。牛乳。
水	6	ご飯・果物	七分づき米。りんご。豚肉、にんにく、じゃがいも、人参、玉葱、油、鶏がらスープの素、
		ハヤシシチュー	ケチャップ、砂糖、塩、こしょう、コーンスターチ、赤ワイン、(冷)グリーンピース。
		フレンチサラダ	キャベツ、きゅうり、わかめ、人参、油、酢、しょうゆ、塩、こしょう。
	ツナごはん・お茶	七分づき米、ツナ缶、砂糖、しょうゆ、酒、あおのり。お茶。	
木	7	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		魚の照り焼き	魚（選択）、砂糖、みりん、しょうゆ、油。
		即席漬け・味噌汁	大根、きゅうり、人参、砂糖、酢、塩、白ごま。もやし、わかめ、長葱、煮干しだし、味噌。
	菓子・果物・牛乳	ベビー菓子。。バナナ。牛乳。	
金	8	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		肉豆腐	木綿豆腐、玉葱、人参、豚肉、こんぶ（乾）、削り節だし、砂糖、みりん、しょうゆ、酒、絹さや。
		味噌汁	白菜、油揚げ、万能葱、煮干しだし、味噌。
	プレーンクッキー・牛乳	上新粉、小麦粉、バター、砂糖、ベーキングパウダー。牛乳。	
土	9	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		豚肉の味噌野菜炒め	豚肉、キャベツ、人参、玉葱、いんげん、にんにく、油、味噌、酒、みりん、砂糖。
		すまし汁	麩、えのきたけ、万能葱、削り節だし、塩、しょうゆ。
	菓子・果物・お茶	ベビー菓子。梨。お茶。	
月	11	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		いり鶏	鶏肉、人参、いんげん、削り節だし、砂糖、しょうゆ、みりん。
		味噌汁	玉葱、しめじ、青菜、煮干しだし、味噌。
	菓子・果物・牛乳	ベビー菓子。梨。牛乳。	
火	12	ご飯・果物	七分づき米。りんご。鶏肉、玉葱、人参、じゃがいも、にんにく、生姜、油、鶏がらスープの素、りんご、
		チキンカレー	しょうゆ、塩、こしょう、ピーマン、バター、小麦粉、カレー粉、ケチャップ、トマトピューレ、
		グリーンサラダ	ウスターソース、牛乳、スキムミルク。青菜、きゅうり、キャベツ、油、酢、砂糖、塩、こしょう。
	バナナ入りヨーグルト・お茶	バナナ、プレーンヨーグルト。お茶。	
水	13	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		魚のムニエル	魚（選択）、塩、小麦粉、油。
		三色浸し・味噌汁	青菜、もやし、人参、しょうゆ。絹豆腐、えのきたけ、万能葱、煮干しだし、味噌。
	バナナマフィン・お茶	小麦粉、ベーキングパウダー、油、砂糖、無調整豆乳、バナナ。お茶。	
木	14	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		中華炒め	豚肉、酒、玉葱、ピーマン、キャベツ、人参、エリンギ、油、鶏がらスープの素、しょうゆ、塩、片栗粉、ごま油。
		すまし汁	麩、わかめ、長葱、削り節だし、塩、しょうゆ。
	煮込みうどん・お茶	干しうどん、人参、キャベツ、削り節だし、しょうゆ。	
金	15	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		鶏の照り焼き	鶏肉、酒、みりん、砂糖、しょうゆ。
		茹で野菜・味噌汁	ブロッコリー、人参、麩、じゃがいも、万能葱、煮干しだし、味噌。
		ふかしいも・牛乳	さつまいも。牛乳。
土	16	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		田舎風煮	鶏肉、じゃがいも、人参、凍り豆腐、ごぼう、削り節だし、油、砂糖、しょうゆ、酒、みりん、いんげん。
		味噌汁	もやし、しめじ、長葱、煮干しだし、味噌。
	トーストパン・お茶	食パン、バター。お茶。	

※午前おやつとして牛乳が出ます。

風の丘・上大岡東保育園

令和6年度11月 離乳食予定献立表（12か月頃～）

日	離乳食	材 料
月 18	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	かき卵うどん	干しうどん、卵、人参、キャベツ、長葱、削り節だし、塩、酒、しょうゆ。
	人参のやわらか煮	人参、削り節だし。
	トーストパン・牛乳	食パン、バター。牛乳。
火 19	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	焼肉	豚肉、油、しょうゆ。
	おかか和え・味噌汁	キャベツ、人参、きゅうり、削り節だし、しょうゆ、削り節。凍り豆腐、青菜、えのきたけ、煮干しだし、味噌。
	米粉のきな粉蒸しパン・牛乳	米粉、ベーキングパウダー、砂糖、きな粉、無調整豆乳。牛乳。
水 20	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	ハヤシシチュー	豚肉、にんにく、じゃがいも、人参、玉葱、油、鶏がらスープの素、ケチャップ、トマトピューレ、砂糖、塩、こしょう、コーンスターチ、赤ワイン、(※)グリーンピース。
	フレンチサラダ	キャベツ、きゅうり、わかめ、人参、油、酢、しょうゆ、塩、こしょう。
	ツナごはん・お茶	七分づき米、ツナ缶、砂糖、しょうゆ、酒、あおのり。お茶。
木 21	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	魚の照り焼き	魚（選択）、砂糖、みりん、しょうゆ、油。
	即席漬け・味噌汁	大根、きゅうり、人参、砂糖、酢、塩、白ごま。もやし、わかめ、長葱、煮干しだし、味噌。
	菓子・果物・牛乳	ベビー菓子。バナナ。牛乳。
金 22	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	肉豆腐	木綿豆腐、玉葱、人参、豚肉、こんぶ（乾）、削り節だし、砂糖、みりん、しょうゆ、酒、絹さや。
	味噌汁	白菜、油揚げ、万能葱、煮干しだし、味噌。
	プレーンクッキー・牛乳	上新粉、小麦粉、バター、砂糖、ベーキングパウダー。牛乳。
月 25	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	いり鶏	鶏肉、人参、いんげん、削り節だし、砂糖、しょうゆ、みりん。
	味噌汁	玉葱、しめじ、青菜、煮干しだし、味噌。
	菓子・果物・牛乳	ベビー菓子。梨。牛乳。
火 26	ご飯・果物	七分づき米。りんご。鶏肉、玉葱、人参、じゃがいも、にんにく、生姜、油、鶏がらスープの素、りんご、しょうゆ、塩、こしょう、ピーマン、バター、小麦粉、カレー粉、ケチャップ、トマトピューレ、ウスターソース、牛乳、スキムミルク。青菜、きゅうり、キャベツ、油、酢、砂糖、塩、こしょう。
	チキンカレー	
	グリーンサラダ	
	バナナ入りヨーグルト・お茶	バナナ、プレーンヨーグルト。お茶。
水 27	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	魚のムニエル	魚（選択）、塩、小麦粉、油。
	三色浸し・味噌汁	青菜、もやし、人参、しょうゆ。絹豆腐、えのきたけ、万能葱、煮干しだし、味噌。
	バナナマフィン・お茶	小麦粉、ベーキングパウダー、油、砂糖、無調整豆乳、バナナ。お茶。
木 28	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	中華炒め	豚肉、酒、玉葱、ピーマン、キャベツ、人参、エリンギ、油、鶏がらスープの素、しょうゆ、塩、片栗粉、ごま油。
	すまし汁	麩、わかめ、長葱、削り節だし、塩、しょうゆ。
	煮込みうどん・お茶	干しうどん、人参、キャベツ、削り節だし、しょうゆ。
金 29	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	麻婆豆腐	豚挽肉、ごま油、長葱、砂糖、しょうゆ、味噌、鶏がらスープの素、絹豆腐、片栗粉。
	五目野菜汁	油揚げ、しめじ、人参、大根、いんげん、削り節だし、塩、しょうゆ。
	ふかしもち・牛乳	さつまいも。牛乳。
土 30	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	豚皿	豚肉、玉葱、人参、しめじ、削り節だし、酒、砂糖、しょうゆ、いんげん。
	味噌汁	絹豆腐、青菜、煮干しだし、味噌。
	菓子・果物・お茶	ベビー菓子。梨。お茶。

※午前おやつとして牛乳が出ます。

風の丘・上大岡東保育園