

令和7年度11月 離乳食予定献立表（12か月頃～）

日	離乳食	材 料
土 1	ご飯・果物 鶏肉と大根の煮込み 味噌汁	七分づき米。りんご。 鶏肉、大根、人参、油、しょうゆ、酒、砂糖、酢、みりん、にんにく、いんげん。 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 4	ご飯・果物 焼肉 おかか和え・味噌汁	七分づき米。りんご。 豚肉、油、しょうゆ。 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、えのきだけ、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 5	ご飯・果物 ポークビーンズ フレンチサラダ	七分づき米。りんご。 豚肉、大豆水煮、じゃがいも、人参、玉葱、油、ケチャップ、カットトマト缶、砂糖、鶏がらスープの素、塩。 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 6	ご飯・果物 魚の照り焼き 即席漬け・味噌汁	七分づき米。りんご。 魚（選択）、砂糖、みりん、しょうゆ、油。 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。
	こふきいも・牛乳	じゃがいも。牛乳。
金 7	ご飯・果物 肉豆腐 味噌汁	七分づき米。りんご。 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、いんげん。 白菜、油揚げ、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 8	ご飯・果物 豚肉の味噌野菜炒め すまし汁	七分づき米。りんご。 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。 麸、えのきだけ、万能葱、削り節だし、塩、しょうゆ。
	菓子・果物・お茶	ベビー菓子。柿。お茶。
月 10	ご飯・果物 田舎風煮 味噌汁	七分づき米。りんご。 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。 キャベツ、玉葱、煮干しだし、味噌。
	菓子・果物・牛乳	ベビー菓子。りんご。牛乳。
火 11	ご飯・果物 チキンカレー グリーンサラダ	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、ピーマン、 油、鶏がらスープの素、カレー粉、ケチャップ、塩、米粉、りんご。 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。麦茶。
水 12	ご飯・果物 魚のムニエル 三色浸し・味噌汁	七分づき米。りんご。 魚（選択）、塩、小麦粉、油。。 青菜、もやし、人参、しょうゆ。絹豆腐、えのきだけ、万能葱、煮干しだし、味噌。
	ふかしいも・お茶	さつまいも。麦茶。
木 13	ご飯・果物 そぼろ納豆 すまし汁	七分づき米。りんご。 ひきわり納豆、切干大根、削り節だし、砂糖、みりん、酒、しょうゆ。 かぼちゃ、大根、油揚げ、万能葱、削り節だし、みりん、しょうゆ。
	お好み焼き・牛乳	キャベツ、小麦粉、卵、油、ソース、削り節、あおのり。牛乳。
金 14	ご飯・果物 豆腐チャンプルー 味噌汁	七分づき米。りんご。 豚肉、木綿豆腐、もやし、人参、玉葱、ごま油、削り節、みりん、砂糖、しょうゆ。 大根、油揚げ、万能葱、煮干しだし、味噌。
	菓子・果物・牛乳	ベビー菓子。みかん。牛乳。
土 15	ご飯・果物 豚丼 味噌汁	七分づき米。りんご。 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。 絹豆腐、青菜、煮干しだし、味噌。
	トーストパン・お茶	食パン、バター。麦茶。
月 17	ご飯・果物 かき卵うどん ひじきの煮つけ	七分づき米。りんご。 干しうどん、卵、人参、キャベツ、削り節だし、しょうゆ。 ひじき、人参、いんげん、削り節だし、砂糖、しょうゆ。
	茹でさつまいも・牛乳	さつまいも。牛乳。

※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7年度11月 離乳食予定献立表（12か月頃～）**

日	離乳食	材 料
火 18	ご飯・果物 焼肉 おかか和え・味噌汁 米粉のきな粉蒸しパン・牛乳	七分づき米。りんご。 豚肉、油、しょうゆ。 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、えのきだけ、煮干しだし、味噌。 米粉、ベーキングパウダー、砂糖、きな粉、無調整豆乳。牛乳。
水 19	ご飯・果物 ポークピーンズ フレンチサラダ ツナごはん・お茶	七分づき米。りんご。 豚肉、大豆水煮、じゃがいも、人参、玉葱、油、ケチャップ、カットトマト缶、砂糖、鶏がらスープの素、塩。 キャベツ、きゅうり、わかめ、人参、油、酢、しょうゆ、塩、こしょう。 七分づき米、ツナ缶、砂糖、しょうゆ、酒、あおのり。お茶。
木 20	ご飯・果物 魚の照り焼き 即席漬け・味噌汁 こふきいも・牛乳	七分づき米。りんご。 魚（選択）、砂糖、みりん、しょうゆ、油。 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。 じゃがいも。牛乳。
金 21	ご飯・果物 肉豆腐 味噌汁 プレーンクッキー・牛乳	七分づき米。りんご。 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、いんげん。 白菜、油揚げ、煮干しだし、味噌。 上新粉、小麦粉、バター、砂糖、ベーキングパウダー。牛乳。
土 22	ご飯・果物 豚肉の味噌野菜炒め すまし汁 菓子・果物・お茶	七分づき米。りんご。 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。 麸、えのきだけ、万能葱、削り節だし、塩、しょうゆ。 ベビー菓子。柿。お茶。
火 25	ご飯・果物 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	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、ピーマン、油、鶏がらスープの素、カレー粉、ケチャップ、塩、米粉、りんご。 青菜、きゅうり、キャベツ、油、酢、砂糖、塩、こしょう。 バナナ、プレーンヨーグルト。麦茶。
水 26	ご飯・果物 魚のムニエル 三色浸し・味噌汁 ふかしいも・お茶	七分づき米。りんご。 魚（選択）、塩、小麦粉、油。。 青菜、もやし、人参、しょうゆ。絹豆腐、えのきだけ、万能葱、煮干しだし、味噌。 さつまいも。麦茶。
木 27	ご飯・果物 そぼろ納豆 すまし汁 お好み焼き・牛乳	七分づき米。りんご。 ひきわり納豆、切干大根、削り節だし、砂糖、みりん、酒、しょうゆ。 かぼちゃ、大根、油揚げ、万能葱、削り節だし、みりん、しょうゆ。 キャベツ、小麦粉、卵、油、ソース、削り節、あおのり。牛乳。
金 28	ご飯・果物 豆腐チャンプルー 味噌汁 菓子・果物・牛乳	七分づき米。りんご。 豚肉、木綿豆腐、もやし、人参、玉葱、ごま油、削り節、みりん、砂糖、しょうゆ。 大根、油揚げ、万能葱、煮干しだし、味噌。 ベビー菓子。みかん。牛乳。
土 29	ご飯・果物 鶏肉と大根の煮込み 味噌汁 トーストパン・お茶	七分づき米。りんご。 鶏肉、大根、人参、油、しょうゆ、酒、砂糖、酢、みりん、にんにく、いんげん。 もやし、しめじ、長葱、煮干しだし、味噌。 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