

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	七分づき米。りんご。
		鶏肉と大根の煮込み	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。
		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	4	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	5	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		ポークビーンズ	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。
		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	6	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。
		こふさいも・牛乳	じゃがいも。牛乳。
金	7	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、いんげん。
		味噌汁	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	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。柿。お茶。
月	10	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	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	七分づき米。りんご。
		チキンカレー	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。
		グリーンサラダ	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	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。
		ふかしいも・お茶	さつまいも。麦茶。
木	13	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		そぼろ納豆	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。
		すまし汁	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	七分づき米。りんご。
		豆腐チャンプルー	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。
		味噌汁	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	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。
		トーストパン・お茶	食パン、バター。麦茶。
月	17	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、削り節だし、しょうゆ。
		ひじきの煮つけ	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	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	19	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		ポークビーンズ	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。
		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	20	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。
		こふきいも・牛乳	じゃがいも。牛乳。
金	21	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、いんげん。
		味噌汁	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	22	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。柿。お茶。
火	25	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、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。
		チキンカレー	青菜、きゅうり、キャベツ、油、酢、砂糖、塩、こしょう。
		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。麦茶。
水	26	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。
		ふかしいも・お茶	さつまいも。麦茶。
木	27	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		そぼろ納豆	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。
		すまし汁	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	28	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		豆腐チャンプルー	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。
		味噌汁	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	29	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		鶏肉と大根の煮込み	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。
		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