

# 11月離乳食メニュー

日付	主食	副食	汁	デザート
1 (金)	さつまいもがゆ	魚の煮物(ほき) いんげんの煮物	おすまし(キャベツ・青菜)	ゼリー
2 (土)	かつおがゆ	鶏ミンチの煮物 人参の煮物	スープ(ブロッコリー・玉ねぎ)	りんご
5 (火)	青菜がゆ	鶏肉の煮物 ブロッコリーの煮物	うどん(大根・人参)	バナナ
6 (水)	きなこがゆ	魚の煮物(ほき) いんげんの煮物	みそ汁(青菜・じゃがいも)	りんご
7 (木)	かつおがゆ	豆腐の煮物 さつまいもの煮物	おすまし(玉ねぎ・人参)	バナナ
8 (金)	さつまいもがゆ	魚の煮物(ほき) 青菜の煮物	みそ汁(白菜・キャベツ)	ゼリー
9 (土)	きなこがゆ	鶏肉の煮物 じゃがいもの煮物	スープ(玉ねぎ・青菜)	バナナ
11 (月)	人参がゆ	豆腐の煮物 さつまいもの煮物	おすまし(キャベツ・ブロッコリー)	ゼリー
12 (火)	かつおがゆ	鶏ミンチの煮物 かぼちゃの煮物	スープ(白菜・青菜)	りんご
13 (水)	きなこがゆ	魚の煮物(ほき) ブロッコリーの煮物	みそ汁(青菜・大根)	バナナ
14 (木)	かつおがゆ	豆腐の煮物 人参の煮物	スープ(玉ねぎ・ブロッコリー)	りんご
15 (金)	青菜がゆ	魚の煮物(ほき) さつまいもの煮物	おすまし(人参・大根)	ゼリー
16 (土)	人参がゆ	鶏ミンチの煮物 かぼちゃの煮物	スープ(玉ねぎ・青菜)	バナナ
18 (月)	さつまいもがゆ	豆腐の煮物 青菜の煮物	みそ汁(人参・キャベツ)	ゼリー
19 (火)	きなこがゆ	鶏肉の煮物 人参の煮物	うどん(ブロッコリー・玉ねぎ)	バナナ
20 (水)	青菜がゆ	魚の煮物(ほき) さつまいもの煮物	みそ汁(大根・人参)	りんご
21 (木)	かつおがゆ	鶏肉の煮物 いんげんの煮物	スープ(人参・じゃがいも)	バナナ
22 (金)	きなこがゆ	鶏ミンチの煮物 人参の煮物	おすまし(キャベツ・青菜)	ゼリー
25 (月)	人参がゆ	豆腐の煮物 かぼちゃの煮物	みそ汁(青菜・玉ねぎ)	ゼリー
26 (火)	青菜がゆ	鶏肉の煮物 いんげんの煮物	おすまし(じゃがいも・人参)	バナナ
27 (水)	きなこがゆ	魚の煮物(ほき) 青菜の煮物	スープ(大根・人参)	りんご
28 (木)	さつまいもがゆ	豆腐の煮物 ブロッコリーの煮物	おすまし(青菜・白菜)	バナナ
29 (金)	人参がゆ	魚の煮物(ほき) さつまいもの煮物	スープ(大根・青菜)	ゼリー
30 (土)	かつおがゆ	豆腐の煮物 人参の煮物	おすまし(玉ねぎ・ブロッコリー)	バナナ

おやつ…野菜ハイハイ  
青菜…ほうれん草