



# 平成30年 11月 離乳食献立表

9から11ヶ月頃

大井・千代川こども園

日曜	午前食	原材料	午後食	原材料
1木	かゆ 豚肉の炒め煮、もやしサラダ すまし汁	米、しょうゆ、砂糖、もやし、きゅうり、わかめ 豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン 玉ねぎ、人参、絹さや、かつおだし汁	鮭かゆ	白米、鮭、かつおだし汁
2金	かゆ 豚じゃが煮、マカロニサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、胡瓜、コーン 豚肉、玉ねぎ、じゃが芋、人参、マカロニ 麩、人参、かつおだし汁、みそ	豆腐ケーキ	小麦粉 豆腐、さとう ベーキングパウダー
3土	文化の日			
5月	鶏ごぼうかゆ がんもの含め煮、チンゲン菜のお浸し みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、鶏もも肉、ごぼう、人参、しいたけ がんもどき、人参、いんげん、チンゲン菜 わかめ、玉ねぎ、油揚げ、かつおだし汁、みそ	ふかし芋	さつま芋 
6火	かゆ たらの野菜あんかけ、ごぼう炒め煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、玉ねぎ、しいたけ、人参、いんげん、ごぼう 白菜、豆腐、人参、油揚げかつおだし汁	和風スパゲティ煮	スパゲティ、玉ねぎ かつおだし汁 ほうれん草
7水	かゆ 肉じゃが、ほうれん草サラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、ほうれん草、コーン 豚肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、グリーンピース 人参、キャベツ、麩、かつおだし汁、みそ	人参団子	人参、じゃが芋、さとう
8木	かゆ 鶏肉の照り煮、白菜ごま和え みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、玉ねぎ、人参、白菜 さつま芋、玉ねぎ、人参、かつおだし汁、みそ	野菜うどん	ゆでうどん、玉ねぎ かつおだし汁 人参、白菜
9金	かゆ、ポテトサラダ 鶏ささみの磯辺揚げ浸し 豚汁	米、しょうゆ、砂糖、かつおだし汁 鶏ささみ、じゃが芋、胡瓜、人参 豚肉、玉ねぎ、人参、ごぼう、大根、みそ	カップケーキ	小麦粉、ベーキングパウダー さとう
10土	お弁当の日 			
12月	かゆ トンカツ風、大根とうす揚げの煮物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 豚肉、小麦粉、パン粉、大根、油揚げ、人参 じゃが芋、玉ねぎ、人参、かつおだし汁、みそ	おふラスク	麩、油、さとう
13火	かゆ、もやしのおひたし あんかけうどん すまし汁	米、しょうゆ、砂糖、もやし、しめじ ゆでうどん、豚肉、白菜、人参、玉ねぎ さつま芋、人参、かつおだし汁	チャーハン風	米、豚ひき肉 かつおだし汁 人参、玉ねぎ
14水	かゆ、かぼちゃ甘煮 ピンクサーモンの塩焼き みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 ピンクサーモン、かぼちゃ、人参、いんげん 大根、さつま芋、人参、かつおだし汁、みそ	さつま芋甘煮	さつま芋、人参、さとう
15木	かゆ、小松菜のごま和え 鶏肉と里芋の煮物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 里芋、鶏もも肉、大根、人参、絹さや、小松菜 さつま芋、玉ねぎ、人参、かつおだし汁、みそ	蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー さとう、キャノーラ油
16金	かゆ 鶏じゃが煮、キャベツサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、コーン 鶏もも肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、キャベツ 麩、かつおだし汁	青菜おにぎり	米、小松菜、かつおだし汁
17土	お弁当の日			
19月	かゆ 鶏の揚げ浸し、スパゲティサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 鶏もも肉、スパゲティ、人参、胡瓜、コーン わかめ、玉ねぎ、人参、かつおだし汁、みそ	さつま芋茶巾しほり	さつま芋、さとう
20火	かゆ たらの塩焼き、切り干し大根煮 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、切り干し大根、人参、油揚げ、いんげん 人参、小松菜、玉ねぎ、豆腐、かつおだし汁、みそ	野菜そうすい	白米、豚肉、もやし、人参 コーン、かつおだし汁
21水	かゆ 厚揚げの五目煮、きゅうりサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、もやし、胡瓜 厚揚げ、大根、豚肉、しめじ、人参、いんげん かぼちゃ、玉ねぎ、人参、かつおだし汁、みそ	かぼちゃ粥	白米、かぼちゃ、人参 かつおだし汁
22木	かゆ、おからサラダ 豚肉と秋野菜の煮物 みそ汁	米、しょうゆ、砂糖、ブロッコリー、おから 豚肉、さつま芋、かぼちゃ、玉ねぎ、人参 じゃが芋、かつおだし汁、みそ	やわらかういろう	片栗粉、さとう、水
23金	勤労感謝の日 			
24土	お弁当の日			
26月	かゆ そばろ煮、ブロッコリー中華和え スープ	米、しょうゆ、砂糖 豚ひき肉、玉ねぎ、人参、ブロッコリー 玉ねぎ、チンゲン菜、人参、かつおだし汁	マカロニ人参	マカロニ、人参、さとう
27火	かゆ コロッケ風、コーンサラダ スープ	米、しょうゆ、砂糖、コーン、人参 じゃが芋、小麦粉、パン粉、キャベツ、胡瓜 かぼちゃ、玉ねぎ、かつおだし汁	オレンジゼリー	オレンジ果汁、さとう、粉寒天
28水	かゆ 豚肉の炒め煮、人参の煮浸し みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 油揚げ、玉ねぎ、人参、ごぼう、れんこん、豚肉 さつま芋、玉ねぎ、人参、かつおだし汁、みそ	お好み焼き	小麦粉、かつおだし汁 豚肉、キャベツ、あおのり
29木	かゆ 大根と鶏肉の煮物、白菜のお浸し みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 大根、鶏もも肉、人参、絹さや、白菜 人参、わかめ、豆腐、かつおだし汁、みそ	スイートポテト	さつま芋、さとう
30金	かゆ 白身魚の揚げ浸し、かぼちゃサラダ みそ汁	米、しょうゆ、砂糖 たら、かぼちゃ、人参、コーン わかめ、人参、もやし、小松菜、かつおだし汁、みそ	味噌焼きおにぎり	白米、みそ さとう、みりん

