

# 2021年度 11月完了期離乳食 予定献立

かえで保育園

								承認印
日・曜日	献立名	材 料	おやつ	日・曜日	献立名	材 料	おやつ	
1日 (月)	ごはん/納豆	米、納豆	牛乳 きな粉バナナ (バナナ、きなこ、砂糖)	17日 (水)	焼きそば	中華麺、豚バラ肉、キャベツ、にんじん、たまねぎ、もやし、ソース、かつおぶし、青のり	牛乳 フルーツの盛り合わせ (りんご、みかん、柿)	
	鯖の塩焼き	鯖、塩			わかめときゅうりの酢の物	わかめ、きゅうり、酢、砂糖、塩		
	きゅうりとちくわの中華風和え物	きゅうり、もやし、わかめ、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油			和風スープ	はくさい、たまねぎ、にんじん、えのき、しょうゆ、塩、かつお昆布だし		
	みそ汁	絹ごし豆腐、たまねぎ、えのき、わかめ、米みそ、かつお昆布だし			バナナ	バナナ		
2日 (火)	ごはん	米	牛乳 ロールパン	18日 (木)	炊き込みご飯	米、にんじん、ごぼう、こんにゃく、しめじ、うすあげ、しょうゆ、みりん、かつお昆布だし	牛乳 五平餅 (米、米みそ、砂糖、みりん)	
	肉じゃが	米、牛肉、にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、しめじ、しょうゆ、みりん、砂糖、かつお昆布だし			大根のそぼろ煮	大根、鶏ひき肉、しょうゆ、かつお昆布だし、みりん、酒、砂糖、片栗粉		
	キャベツとコーンのサラダ	キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶、砂糖、酢、油、塩			切干大根の酢の物	切干大根、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、塩		
	チーズ	チーズ			みそ汁	たまねぎ、わかめ、はくさい、絹ごし豆腐、かつお昆布だし、米みそ		
りんご	りんご	りんご	りんご	りんご	りんご	りんご		
3日 (水)	文化の日			19日 (金)	お弁当・遠足の日		牛乳 トースト (食パン、バター)	
4日 (木)	ラーメン	中華麺、鶏もも肉、ほうれんそう、コーン缶、もやし、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、塩、かつお昆布だし、ごま油	牛乳 チーズトースト (食パン、チーズ)	20日 (土)	ピピン丼	米、豚ひき肉、しょうが、にんじん、もやし、しょうゆ、みりん、酒、砂糖	牛乳 市販菓子 バナナ チーズ	
	きゅうりとにんじんのごま酢和え	きゅうり、にんじん、キャベツ、しらす干し、酢、砂糖、油、塩、白ごま			キャベツのおかか和え	キャベツ、かつおぶし、しょうゆ、みりん		
	いりこ	いりこ			みそ汁	絹ごし豆腐、わかめ、米みそ、かつお昆布だし		
	りんご	りんご						
5日 (金)	ごはん	米	牛乳 ホットケーキ (ホットケーキミックス、牛乳、バター)	22日 (月)	ごはん	米	牛乳 にゅうめん (すずめん、うすあげ、わかめ、しょうゆ、塩、かつお昆布だし)	
	ちくわとれんこんの炒め物	ちくわ、れんこん、油、食塩			鯖の塩焼き	鯖、塩		
	ごぼうサラダ	ごぼう、にんじん、きゅうり、キャベツ、砂糖、酢、油、塩			ひじきの五目煮	ひじき、にんじん、こんにゃく、干しいたけ、大豆、れんこん、しょうゆ、砂糖、酒、みりん、かつお昆布だし		
	みそ汁	木綿豆腐、だいこん、ごまつな、かつお昆布だし、米みそ			みそ汁	はくさい、うすあげ、えのき、たまねぎ、わかめ、米みそ、かつお昆布だし		
りんご	りんご	りんご	りんご	りんご	りんご			
6日 (土)	中華丼	米、豚もも肉、はくさい、にんじん、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、酒、塩、かつお昆布だし、片栗粉、油	牛乳 市販菓子 バナナ チーズ	23日 (火)	勤労感謝の日			
	もやしの酢の物	もやし、白ごま、酢、砂糖、塩						
	中華風スープ	絹ごし豆腐、わかめ、しょうゆ、酒、塩、かつお昆布だし						
8日 (月)	ごはん	米	牛乳 じゃこトースト (食パン、しらす干し、青のり、粉チーズ、油)	24日 (水)	ごはん	米	牛乳 マカロニきなこ (マカロニ、きな粉、砂糖)	
	鯖のみそ煮	鯖(乳児は鯖)、しょうが、米みそ、砂糖、みりん、酒			肉じゃが	牛もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、いんげん、しょうゆ、砂糖、みりん、かつお昆布だし		
	ほうれんそうとはくさいのおかか和え	ほうれんそう、はくさい、にんじん、かつおぶし、しょうゆ、みりん			きゅうりともやしの酢の物	きゅうり、もやし、わかめ、酢、砂糖、塩		
	けんちん汁	だいこん、にんじん、さといも、こんにゃく、ごぼう、うすあげ、しょうゆ、酒、塩、かつお昆布だし			みそ汁	厚揚げ、わかめ、だいこん、焼き鮭、米みそ、かつお昆布だし		
りんご	りんご	りんご	りんご	りんご	りんご			
9日 (火)	食パン	食パン	お茶 フルーツヨーグルト (ヨーグルト、砂糖、バナナ、りんご)	25日 (木) 誕生日会	ごはん	米	牛乳 誕生日ケーキ (ホットケーキミックス、牛乳、砂糖、バター、りんご)	
	ポークビーンズ	大豆、豚もも肉、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、ケチャップ、トマト缶、ウスターソース、パセリ粉			鶏肉の塩焼き	鶏もも肉、塩、油		
	キャベツのサラダ	キャベツ、にんじん、きゅうり、りんご、コーン缶、砂糖、酢、塩、油			ポテトサラダ	じゃがいも、きゅうり、にんじん、りんご、砂糖、酢、油、塩		
	和風スープ	キャベツ、えのき、たまねぎ、しょうゆ、酒、塩、かつお昆布だし			コーンスープ	コーン缶、クリームコーン缶、たまねぎ、牛乳、コンソメ、パセリ粉、小麦粉、塩		
りんご	りんご	りんご	りんご	りんご	りんご			
10日 (水)	ごはん	米	牛乳 さつまいもフライ (さつまいも、油)	26日 (金)	鶏うどん	うどん、うすあげ、鶏もも肉、青ねぎ、しょうゆ、みりん、酒、塩、かつお昆布だし、片栗粉	牛乳 フライドポテト (じゃがいも、油)	
	すき焼き風煮	牛もも肉、はくさい、たまねぎ、にんじん、焼き豆腐、白ねぎ、焼き鮭、砂糖、しょうゆ、みりん、酒			さつまいもの甘煮	さつまいも、砂糖		
	ほうれんそうのお浸し	ほうれんそう、にんじん、白ごま、しょうゆ、みりん			白菜の和え物	はくさい、にんじん、しらす干し、しょうゆ、酢、砂糖		
	みそ汁	厚揚げ、さつまいも、わかめ、エリンギ、米みそ、かつお昆布だし			りんご	りんご		
りんご	りんご	りんご	りんご	りんご	りんご			
11日 (木)	わかめうどん	うどん、わかめ、青ねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩、みりん	牛乳 ロールパン	27日 (土)	豚丼	米、豚もも肉、たまねぎ、しょうゆ、酒、みりん、砂糖、かつお昆布だし	牛乳 市販菓子 バナナ チーズ	
	野菜の煮物	さつまいも、たまねぎ、にんじん、ちりめんじゃこ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒			キャベツのサラダ	キャベツ、酢、砂糖、塩、油		
	煮豆	金時豆、砂糖			和風スープ	もやし、絹ごし豆腐、わかめ、しょうゆ、塩、かつお昆布だし		
	りんご	りんご						
12日 (金)	ごはん/ひじき納豆	米、ひじき、納豆、しょうゆ、みりん、白ごま	牛乳 市販菓子	29日 (月)	ごはん	米	牛乳 ホットケーキ (ホットケーキミックス、牛乳、バター)	
	鶏肉の照り焼き	鶏もも肉、しょうゆ、みりん、砂糖			鯖の照り焼き	鯖、しょうが、しょうゆ、砂糖、みりん		
	高野豆腐と野菜の煮物	高野豆腐、にんじん、いんげん、しょうゆ、酒、みりん、砂糖、かつお昆布だし			さといもとこんにゃくの煮物	さといも、こんにゃく、にんじん、いんげん、しょうゆ、みりん、酒、砂糖、かつお昆布だし、片栗粉		
	みそ汁	だいこん、にんじん、うすあげ、絹ごし豆腐、かつお昆布だし、米みそ			もやしとチンゲンサイのスープ	絹ごし豆腐、もやし、チンゲンサイ、しょうゆ、酒、塩、かつお昆布だし		
りんご	りんご	りんご	りんご	りんご	りんご			
13日 (土)	チキンライス	米、鶏もも肉、にんじん、たまねぎ、コーン缶、ケチャップ、パセリ粉	牛乳 市販菓子 バナナ チーズ	30日 (火)	ごはん	米	牛乳 きなこおはぎ (米、きな粉、砂糖)	
	きゅうりのサラダ	きゅうり、酢、砂糖、塩、油			鶏肉の塩焼き	鶏もも肉、食塩、じゃがいも		
	和風スープ	キャベツ、たまねぎ、しょうゆ、酒、塩、かつお昆布だし			野菜のごま和え	キャベツ、にんじん、きゅうり、ごま、水菜、酢、砂糖、食塩、油		
15日 (月)	ごはん	米	牛乳 市販菓子		みそ汁	鮭、だいこん、にんじん、こんにゃく、白ねぎ、米みそ、うすあげ、かつお昆布だし		
	松風焼	鶏ひき肉、たまねぎ、白ねぎ、しいたけ、パン粉、米みそ、砂糖、しょうゆ、白ごま、青のり			みかん	みかん		
	ごまつなとはくさいの和え物	ごまつな、はくさい、にんじん、もやし、ちりめんじゃこ、しょうゆ、みりん						
	りんご	りんご						
16日 (火)	ごはん	米	牛乳 きなこ焼きドーナツ (ホットケーキミックス、牛乳、砂糖、きなこ、油)		鯖の照り焼き	鯖、しょうゆ、みりん、砂糖		
	コールスローサラダ	キャベツ、にんじん、きゅうり、砂糖、酢、油、塩						
	みそ汁	はくさい、たまねぎ、ごまつな、絹ごし豆腐、うすあげ、米みそ、かつお昆布だし						
	柿	柿						

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかき・芋けんぴを日替わりで使用しています。  
※納品の都合上、内容を変更する場合があります。

※乳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。

おだいどころ：栄養士廣田・坂口より