

離乳後期献立予定表

ベビーからーれ 令和4年 11月

日	曜	昼食		午後おやつ		
		献立	材料	献立名	材料	
1	15	火	5倍がゆ 鮭と野菜の煮物 青菜のお味噌汁	精白米、鮭、人参、キャベツ、 じゃがいも、ほうれんそう、たま ねぎ	マッシュスイートポテ ト	さつまいも、牛乳
2	16	水	ひき肉と野菜の煮込みうどん じゃがいものスープ	うどん、豚ひき肉(赤身)、玉ね ぎ、人参、キャベツ、ピーマン、 じゃがいも	チーズのお好み焼き	キャベツ、チーズ、薄 力粉、かつお節、青の り
-	17	木	5倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 青梗菜のお味噌汁	精白米、豆腐、はくさい、にんじ ん、だいこん、ちんげん菜、たま ねぎ	ヨーグルト	ヨーグルト
4	18	金	食パン とりひき肉と野菜の煮込み キャベツのスープ	食パン、とりひき肉、ブロッコ リー、ピーマン、トマト、玉ね ぎ、キャベツ、にんじん	おかか粥	精白米、かつお節
5	19	土	5倍がゆ しらすと野菜の煮物 わかめのすまし汁	精白米、しらす、たまねぎ、ほう れんそう、にんじん、わかめ	むしパン	薄力粉、ベーキングパ ウダー、牛乳
7	21	月	さつまいも粥(5倍がゆ) 豆腐と野菜の煮物 青菜のお味噌汁	精白米、さつまいも、豆腐、ブ ロccoliリー、キャベツ、だいこ ん、ほうれんそう、たまねぎ	マッシュポテト	じゃがいも、牛乳
8	22	火	5倍がゆ とりひき肉と野菜の煮物 キャベツのすまし汁	精白米、とりひき肉、玉ねぎ、に んじん、ピーマン、ほうれんそ う、キャベツ	バナナむしパン	バナナ、薄力粉、ベー キングパウダー、牛乳
9	30	水	豚汁うどん わかめのすまし汁	うどん、豚肉、だいこん、にんじ ん、たまねぎ、かぼちゃ、わかめ	ゼリーフライ風おやき	じゃがいも、おから、に んじん、たまねぎ、薄力 粉、パン粉
10	-	木	5倍がゆ ぶりと野菜の煮物 青菜と海苔のお味噌汁	精白米、ぶり、じゃがいも、にん じん、だいこん、ほうれんそう、 のり	きな粉サンド	食パン、きな粉、牛乳
-	24	木	5倍がゆ とりひき肉と野菜の煮物 キャベツのスープ	精白米、鶏肉、たまねぎ、ブロッ コリー、にんじん、じゃがいも、 キャベツ	牛乳かん	牛乳、寒天
11	25	金	食パン 鶏肉と野菜のクリーム煮 たまねぎのスープ	食パン、鶏肉、たまねぎ、さつま いも、ブロッコリー、牛乳、にん じん	夕焼け粥	精白米、にんじん、か つお節
12	26	土	ささみと野菜の煮込みうどん わかめとたまねぎのお味噌汁	うどん、ささみ、もやし、人参、 キャベツ、わかめ、たまねぎ	ヨーグルト	ヨーグルト
14	28	月	5倍がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 大根のお味噌汁	精白米、高野豆腐、さといも、た まねぎ、小松菜、だいこん	むしパン	薄力粉、ベーキングパ ウダー、牛乳
-	29	火	5倍がゆ 鶏肉と野菜の煮物 わかめのすまし汁	精白米、鶏肉、ひじき、にんじ ん、いんげん、わかめ、たまねぎ	さつま芋のオレンジ煮	さつまいも、オレンジ ジュース

午前の子供用おやつについて
月齢や、個々の成長に応じたもの(ポーロ、おせんべいなど)を
提供します。(生活リズムにより提供しないこともあります)

※都合により献立を変更することがございます。
ご了承ください。

