

2023年

11月

幼児食

献立表



©2023 SAO

				1(水)	2(木)	3(金)	4(土)
朝おやつ				牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい
昼食				ハリハリわかめ御飯、マーボー豆腐、ほうれん草のナムル、パイン缶	御飯、みそ汁、さけのサラダ焼き、れんこんのきんぴら	カレーライス、すまし汁、もも缶	野菜そぼろ丼、みそ汁、きゅうりの昆布あえ
昼おやつ				蒸しパン	菜飯おにぎり、お茶	クッキー、牛乳	牛乳、さつま芋チップ
	5(日)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)
朝おやつ	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい
昼食	焼きビーフン、すまし汁、きゅうりの酢の物	さばのそぼろご飯、みそ汁、かぼちゃのだし浸し	御飯、鶏肉のトマトソース煮、ブロッコリーのごまあえ、スープ	御飯、豚汁、豆腐のふわりボール、小松菜のごまあえ	御飯、みそ汁、白身魚の包み焼き、卵の花	御飯、すまし汁、豚肉のしょうが焼き、ポテトサラダ	カレー風味のトマトライス、すまし汁、ヨーグルト
昼おやつ	牛乳、こんぶおにぎり	牛乳、りんごゼリー	牛乳、にんじんおやき	牛乳、ヨーグルト	牛乳、大学芋	牛乳、トースト	牛乳、キャロットケーキ
	12(日)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)
朝おやつ	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい
昼食	御飯、ポトフ、バナナ	トマトおこわ、豆乳スープ、たらこの磯辺焼き、ゆでブロッコリー	御飯、みそ汁、豚肉と昆布の炒め煮、かぶの梅あえ	御飯、鶏だんご鍋、ひじき煮	御飯、みそ汁、鮭と切干大根のあんかけ、ほうれん草のごまあえ	御飯、すまし汁、鶏のケチャップあえ、フルーツサラダ	豚肉の甘みそ丼、すまし汁、コールスローサラダ
昼おやつ	牛乳、2色かんてん	牛乳、ココアホットケーキ	牛乳、小倉豆乳ゼリー	牛乳、お好み焼き	牛乳、スティックパン	牛乳、カップケーキ	牛乳、さつまいもスティック
	19(日)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)
朝おやつ	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい
昼食	あんかけうどん、かぼちゃのサラダ、もも缶	ドライカレーライス、もやしのごま酢あえ、わかめスープ	御飯、みそ汁、揚げ魚とじゃが芋の煮物、白菜の昆布和え	御飯、みそ汁、炒り豆腐、焼きかぼちゃ天	わかめおにぎり、けんちんうどん、小松菜の卵とじ	御飯、コーンスープ、れんこんバーグ、蒸し野菜	マーボー豆腐丼、はるさめスープ、みかん缶
昼おやつ	牛乳、菜飯おにぎり	牛乳、かぼちゃかん	牛乳、お好み焼き	牛乳、パンプティング	牛乳、パイナップルゼリー	牛乳、蒸し芋	牛乳、ビビンバ
	26(日)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)		
朝おやつ	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい	牛乳、せんべい		
昼食	ミートスパゲティー、野菜コーンスープ、きゅうりのツナサラダ	きのご御飯、石狩鍋風汁、切干大根のごまサラダ	御飯、みそ汁、豆腐の和風あんかけ、ブロッコリーのおかか和え	御飯、みそ汁、さばの焼きおろし煮、もやしの和え物	御飯、みそ汁、豚肉のすき焼き風煮物、野菜のゆかり和え		
昼おやつ	牛乳、かぼちゃのきな粉かけ	牛乳、バナナ	牛乳、かぼちゃのケーキ	牛乳、ジャムサンド	牛乳、ホットケーキ		

2023年

11月

離乳食-初期

献立表



				1(水)	2(木)	3(金)	4(土)
朝おやつ							
昼食				10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト
昼おやつ							
	5(日)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)
朝おやつ							
昼食	10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト
昼おやつ							
	12(日)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)
朝おやつ							
昼食	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、豆腐すり流し、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、豆腐すり流し、野菜のペースト
昼おやつ							
	19(日)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)
朝おやつ							
昼食	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、豆腐すり流し、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト
昼おやつ							
	26(日)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)		
朝おやつ							
昼食	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト	10倍粥、野菜のペースト	10倍粥、豆腐のすり流し、野菜のペースト		
昼おやつ							

2023年

11月

離乳食-中期

献立表



				1(水)	2(木)	3(金)	4(土)
朝おやつ				せんべい	せんべい	せんべい	せんべい
昼食				全粥、豆腐のそぼろ煮、ほうれん草の煮浸し	全粥、だし煮、さけのクリーム煮、野菜の煮物	全粥、すまし汁、そぼろ煮	全粥、みそ汁、野菜のそぼろあんかけ、ゆで野菜
昼おやつ				蒸しいも	クッキー	クッキー	ふかし芋
	5(日)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)
朝おやつ	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい
昼食	全粥、すまし汁、野菜のとりみ煮、みかん缶	全粥、みそ汁、かぼちゃの煮物	全粥、スープ煮、鶏肉のトマトソース煮	全粥、みそ風味のだし煮、豆腐と野菜のとりみ煮	全粥、みそ汁、たらあんにかけ、そぼろ煮	全粥、すまし汁、野菜の煮物、煮りんご	全粥、すまし汁、トマト煮
昼おやつ	クッキー	煮りんご	クッキー	クッキー	ゆで芋	クッキー	クッキー
	12(日)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)
朝おやつ	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい
昼食	全粥、ポトフ、バナナ	トマト全粥、豆乳スープ、たらあんにかけ	全粥、みそ汁、野菜煮	全粥、鶏だんごのあんかけ、ふかし芋	全粥、みそ汁、鮭のあんかけ、野菜煮びたし	全粥、すまし汁、じゃがいもと鶏肉の煮物、みかん缶	全粥、だし煮、野菜煮
昼おやつ	クッキー	クッキー	クッキー	クッキー	バナナ	クッキー	ふかし芋
	19(日)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)
朝おやつ	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい
昼食	全粥、野菜のあんかけ、蒸しカボチャ	全粥、トマトスープ、豆腐のあんかけ、ほうれん草の煮びたし	全粥、みそ汁、魚とじゃが芋の煮物、白菜の煮びたし	全粥、みそ汁、豆腐のあんかけ、蒸しカボチャ	全粥、野菜のあんかけ、野菜の煮びたし	全粥、コーンスープ、鶏団子のあんかけ、蒸し野菜	全粥、スープ、豆腐のあんかけ、みかん缶
昼おやつ	クッキー	カボチャの甘煮	クッキー	クッキー	クッキー	蒸し芋	クッキー
	26(日)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)		
朝おやつ	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい		
昼食	全粥、野菜のそぼろ煮、野菜コーンスープ	全粥、じゃが芋のそぼろ煮、石狩鍋風汁	全粥、みそ汁、豆腐の和風あんかけ	全粥、みそ汁、野菜煮	全粥、みそ汁、豆腐の煮物		
昼おやつ	クッキー	バナナ	クッキー	クッキー	クッキー		

2023年

11月

離乳食-後期

献立表



©2023 SAO

				1(水)	2(木)	3(金)	4(土)
朝おやつ				せんべい	せんべい	せんべい	せんべい
昼食				硬粥、豆腐のそぼろ煮、ほうれん草の煮浸し	硬粥、だし煮、さけのクリーム煮、野菜の煮物	硬粥、すまし汁、そぼろ煮	硬粥、みそ風味のだし煮、野菜のそぼろあんかけ、ゆで野菜
昼おやつ				蒸しいも	クッキー	クッキー	ふかし芋
	5(日)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)
朝おやつ	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい
昼食	硬粥、すまし汁、野菜のとりみ煮、みかん缶	硬粥、みそ汁、かぼちゃの煮物	硬粥、スープ煮、鶏肉のトマトソース煮	硬粥、みそ風味のだし煮、豆腐と野菜のとりみ煮	硬粥、みそ汁、たらあんのあんかけ、そぼろ煮	硬粥、すまし汁、野菜の煮物、煮りんご	硬粥、すまし汁、トマト煮
昼おやつ	クッキー	煮りんご	クッキー	クッキー	ゆで芋	クッキー	クッキー
	12(日)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)
朝おやつ	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい
昼食	硬粥、ポトフ、バナナ	トマト硬粥、豆乳スープ、たらあんのあんかけ	硬粥、みそ汁、野菜煮	硬粥、鶏だんごのあんかけ、ふかし芋	硬粥、みそ汁、鮭のあんかけ、野菜煮びたし	硬粥、すまし汁、じゃがいもと鶏肉の煮物、みかん缶	硬粥、だし煮、野菜煮
昼おやつ	クッキー	クッキー	クッキー	クッキー	バナナ	クッキー	ふかし芋
	19(日)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)
朝おやつ	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい
昼食	硬粥、野菜のあんかけ、蒸しカボチャ	硬粥、トマトスープ、豆腐のあんかけ、ほうれん草の煮びたし	硬粥、みそ汁、魚とじゃが芋の煮物、白菜の煮びたし	硬粥、みそ汁、豆腐のあんかけ、蒸しカボチャ	硬粥、野菜のあんかけ、野菜の煮びたし	硬粥、コーンスープ、鶏団子のあんかけ、蒸し野菜	硬粥、スープ、豆腐のあんかけ、みかん缶
昼おやつ	クッキー	カボチャの甘煮	クッキー	クッキー	クッキー	蒸し芋	クッキー
	26(日)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)		
朝おやつ	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい	せんべい		
昼食	硬粥、野菜のそぼろ煮、野菜コーンスープ	硬粥、じゃが芋のそぼろ煮、石狩鍋風汁	硬粥、みそ汁、豆腐の和風あんかけ	硬粥、みそ汁、野菜煮	硬粥、みそ汁、豆腐の煮物		
昼おやつ	クッキー	バナナ	クッキー	クッキー	クッキー		