

2022年11月

離乳食献立表

みどりの森保育園

日	曜	パクパク期(12~14か月)	午前おやつ
			午後おやつ
1	火	チーズトースト 小松菜のスープ 鶏肉の照り煮 ブロッコリーとキャベツ、人参煮 りんご	バナナ
			ひじきご飯
2 16	水	ご飯 もやしとにらの味噌汁 鮭とキャベツ、玉ねぎ煮 じゃが芋煮 みかん	ふかし芋
			ジャムサンド
17	木	煮込みうどん 大根とひじき、人参煮 バナナ	りんご
			お好み焼き
4 18	金	ご飯 けんちん汁 豚肉とさつまいも、玉葱煮 キャベツ煮 オレンジ	バナナ
			米粉蒸しパン
5 19	土	煮込みうどん 豆腐のスープ きゅうり煮 バナナ	ハイハイン
			南瓜パイ
7 21	月	ご飯 かぶの味噌汁 れんこんとごぼう、人参煮 きゅうり煮 オレンジ	りんご
			きな粉ラスク
8	火	トースト じゃが芋のスープ 白身魚のトマト煮 りんご キャベツときゅうり、人参煮	バナナ
			野菜雑炊
22	火	あんかけご飯 白菜のスープ ハンバーグ キャベツときゅうり、人参煮 りんご	バナナ
			米粉ホットケーキ
9	水	ご飯 白菜の味噌汁 鶏肉団子 大根と小松菜、ツナ煮 みかん	ふかし芋
			ぶどうゼリー ハイハイン
10 24	木	煮込みうどん さつまいもときゅうり、コーン煮 バナナ	りんご
			しらすおにぎり
11 25	金	ご飯 根菜汁 鶏肉の味噌照り焼き 煮豆 小松菜と人参、しいたけ煮 オレンジ	バナナ
			米粉蒸しパン
12 26	土	ツナトマトスパゲッティ キャベツとコーンのスープ きゅうりともやし煮 りんご	ハイハイン
			さつまいも煮
14	月	あんかけご飯 青梗菜のスープ 南瓜煮 オレンジ	りんご
			すいとん
15	火	ご飯 玉葱と三つ葉の澄まし汁 鶏肉のケチャップ煮 ほうれん草と人参煮 りんご	バナナ
			マーマレード入り 米粉ホットケーキ
28	月	ご飯 エノキとキャベツの味噌汁 真砂煮 ごぼうとれんこん、人参煮 オレンジ	りんご
			さつまいもと小豆煮
29	火	トースト ブロッコリーのスープ 白身魚のトマト煮 じゃが芋と人参、きゅうり煮 りんご	バナナ
			味噌おにぎり
30	水	ご飯 じゃが芋の味噌汁 豚肉とほうれん草煮 キャベツとしらす煮 みかん	ふかし芋
			米粉バナナホットケーキ