



## 2024年 11月離乳食 中期献立表 こばと保育園



日	曜	献立名	材料
1	金	おかゆ かぶのスープ ささみと野菜煮	米 かぶ かぶ葉 玉ねぎ 鶏ささみ ほうれん草 人参
2	土	そうめんがゆ ほうれん草のスープ 鶏ひき肉と野菜煮	そうめん ほうれん草 玉ねぎ 人参 鶏ひき肉 南瓜 きゅうり
18	月	おかゆ 小松菜のスープ 鶏ひき肉と野菜煮	米 小松菜 万能ねぎ 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参
5 19	火	パンがゆ じゃが芋のスープ 豆腐と野菜煮	食パン じゃが芋 ほうれん草 玉ねぎ 豆腐 キャベツ きゅうり 人参
6 20	水	おかゆ 人参のスープ 鮭と野菜煮	米 人参 小松菜 長ねぎ 鮭 フロッコリー さつま芋
7 21	木	そうめんがゆ ほうれん草のスープ ささみと野菜煮	そうめん ほうれん草 もやし 長ねぎ 鶏ささみ キャベツ 人参
22	金	おかゆ トマトのスープ 鶏ひき肉と野菜煮	米 トマト缶 キャベツ 玉ねぎ 鶏ひき肉 フロッコリー 人参
8	金	おかゆ もやしのスープ ツナと野菜煮	米 もやし 万能ねぎ ツナ缶 切干大根 人参 きゅうり 玉ねぎ
9	土	おかゆ じゃが芋のスープ 鶏ひき肉と野菜煮	米 じゃが芋 長ねぎ 鶏ひき肉 青梗菜 なす
11 25	月	おかゆ 小松菜のスープ カレイと野菜煮	食パン 小松菜 長ねぎ カレイ 人参 きぬさや じゃが芋
12 26	火	パンがゆ キャベツのスープ 鶏ひき肉と野菜煮	食パン キャベツ 玉ねぎ 鶏ひき肉 きゅうり 人参
13 27	水	おかゆ 南瓜のスープ 豆腐と野菜煮	米 南瓜 長ねぎ 豆腐 白菜 人参 もやし
14 28	木	そうめんがゆ ほうれん草のスープ 鶏ひき肉と野菜煮	そうめん ほうれん草 長ねぎ 鶏ひき肉 大根 人参
15	金	おかゆ 人参のスープ ささみと野菜煮	米 人参 万能ねぎ ほうれん草 鶏ささみ キャベツ もやし
29	金	おかゆ 玉ねぎのスープ ツナと野菜煮	米 玉ねぎ 人参 ツナ缶 キャベツ きゅうり
16 30	土	パンがゆ もやしのスープ 鶏ひき肉と野菜煮	食パン もやし 玉ねぎ 人参 鶏ひき肉 ピーマン 赤ピーマン じゃが芋 トマト缶

☆形状は月齢に合わせています。材料の都合上献立が変更になる場合があります。