



## 2025年 11月 離乳食予定献立表



向陽台保育園給食室

		午前食		午後食	
日	曜	後期	後期～完了期	後期	後期～完了期
		かおり	あお、れん、さくら、らく、そよか、なつこ、 たお、とうわ、はると、もと、れお	かおり、れお	あお、れん、さくら、らく、そよか、なつこ、 たお、とうわ、はると、もと
15	土	うどん 鶏ひき肉和風野菜炒め ブロッコリーおかか和え スープ(人参、小松菜)	和風スパゲッティー ブロッコリーおかか和え	パンがゆor食パン 豆腐の和風あんかけ スープ(しめじ、長いも) 	シュガートースト スープ(しめじ、長いも)
29		うどん、スパゲッティー、鶏ひき肉、玉ねぎ、えのき、ピーマン、ブロッコリー、かつお節、人参、小松菜		パン、砂糖、豆腐、人参、えのき、しめじ、長いも	
4	火	5倍～軟飯 たらのもみじ蒸し焼き 高野豆腐の煮物 スープ(えのき、ほうれん草)	軟飯～ご飯 たらのもみじ蒸し焼き 高野豆腐の煮物 スープ(えのき、ほうれん草)	スイートポテト 大根ツナ煮 スープ(なす、い)	スイートポテトロールパン スープ(なす、い)
17	月	米、たら、人参、高野豆腐、絹さや、えのき、ほうれん草		さつまいも、砂糖、食パン、大根、ツナ、なす、い	
18	火	わかめおかゆ コロコロさつまいも 豚汁	ワカメ軟飯～ご飯 さつまいもスティック 豚汁 	ミルク缶パンがゆ みかん缶	ミルク缶パンがゆ みかん缶
		米、わかめ、さつまいも、豆腐、人参、さといも、長ねぎ、大根、豚小間		かんぱん、粉ミルク、みかん缶	
5	水	うどん 鶏肉と玉ねぎのうま煮 フレンチサラダ スープ(じゃがいも、しめじ)	ミートソース風スパゲッティー フレンチサラダ スープ(じゃがいも、しめじ)	おかかしらす軟飯～ご飯 ほうれん草白和え スープ(いんげん、きゃべつ)	おかかしらすご飯 ほうれん草白和え スープ(いんげん、きゃべつ)
19		うどん、スパゲッティー、ひき肉、玉ねぎ、人参、きゃべつ、きゅうり、じゃがいも、しめじ		米、かつお節、しらす、ほうれん草、豆腐、にんじん、いんげん、きゃべつ	
6	木	パンがゆor食パン 鶏のトマト煮 かぼちゃソテー スープ(かぶ、人参) 	食パン 鶏のトマト煮 かぼちゃソテー スープ(かぶ、人参)	パンケーキ ブロッコリーツナ煮 スープ(ほうれん草、長ねぎ)	パンケーキ スープ(ほうれん草、長ねぎ)
		パン、鶏ひき肉、鶏小間、トマト、玉ねぎ、しめじ、かぼちゃ、かぶ、人参		小麦粉、砂糖、BP、豆乳、ブロッコリー、ツナ、ほうれん草、長ねぎ	
7	金	5倍～軟飯 カレイ 里芋と厚揚げ煮 スープ(もやし、しいたけ)	軟飯～ご飯 カレイの煮付け 里芋と厚揚げ煮 スープ(もやし、しいたけ)	フレンチトースト キャベツひき肉炒め スープ(じゃがいも、玉ねぎ)	フレンチトースト スープ(じゃがいも、玉ねぎ)
21		米、カレイ、里芋、厚揚げ、人参、もやし、しいたけ		パン、粉ミルク、砂糖、きゃべつ、鶏ひき肉、じゃがいも、玉ねぎ	
8	土	5倍～軟飯 鶏ひき根菜煮 チンゲン菜おかか和え スープ(にら、豆腐)	軟飯～ご飯 鶏ひき根菜煮 チンゲン菜おかか和え スープ(にら、豆腐) 	軟飯～ご飯 白菜しらす煮 スープ(かぶ、かぶ葉)	ご飯 白菜しらす煮 スープ(かぶ、かぶ葉)
22		米、鶏ひき肉、大根、人参、チンゲン菜、かつお節、にら、豆腐		米、白菜、しらす、人参、かぶ、かぶ葉	
10	月	うどん 白菜そぼろ煮 青菜のしらす和え スープ(かぼちゃ、いんげん)	あんかけうどん 青菜しらす和え スープ(かぼちゃ、いんげん)	さつまいも蒸しパン ブロッコリーそぼろあん スープ(玉ねぎ、チンゲン菜)	さつまいも蒸しパン スープ(玉ねぎ、チンゲン菜) 
20	木	うどん、鶏ひき肉、鶏小間、白菜、人参、しめじ、小松菜、しらす、かぼちゃ、いんげん		小麦粉、砂糖、BP、豆乳、さつまいも、ブロッコリー、鶏ひき肉、玉ねぎ、チンゲン菜	
11	火	パンがゆor食パン 鮭 キャベツときゅうりのサラダ スープ(ブロッコリー、玉ねぎ)	食パン 鮭 キャベツときゅうりのサラダ スープ(ブロッコリー、玉ねぎ)	ツナチャーハン コロコロ大根 スープ(じゃがいも、きゃべつ)	ツナチャーハン スープ(じゃがいも、きゃべつ)
25		パン、鮭、きゃべつ、きゅうり、ブロッコリー、玉ねぎ		米、ツナ、万能ねぎ、大根、じゃがいも、きゃべつ	
12	水	5倍がゆ～軟飯 豆腐と野菜煮 コロコロ大根 スープ(さつまいも、キャベツ)	軟飯～ご飯 豆腐と野菜煮 スティック大根 スープ(さつまいも、キャベツ) 	ソフトクッキー きゅうりと人参和え スープ(なす、玉ねぎ)	ソフトクッキー スープ(なす、玉ねぎ)
26		米、豆腐、白菜、えのき、ほうれん草、大根、さつまいも、キャベツ		小麦粉、砂糖、BP、豆乳、きゅうり、人参、なす、玉ねぎ	
13	木	5倍がゆ～軟飯 鮭のちゃんちゃん焼き風 きゅうりと白菜の和え物 スープ(わかめ、大根)	軟飯～ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き風 きゅうりと白菜の和え物 スープ(わかめ、大根)	のりじゃがポテト 青菜ひき肉炒め スープ(長ねぎ、豆腐)	のりじゃがポテト スープ(長ねぎ、豆腐)
		米、鮭、きゃべつ、人参、しめじ、きゅうり、白菜、小松菜、わかめ、大根		じゃがいも、青のり、②マーガリン、小松菜、人参、鶏ひき肉、長ねぎ、豆腐	
14	金	5倍がゆ～軟飯 ひき肉と玉ねぎ炒め ポテトサラダ スープ(きゃべつ、しめじ)	軟飯～ご飯 ひき肉と玉ねぎ炒め ポテトサラダ スープ(きゃべつ、しめじ)	きなこサンド 青菜しらす煮 スープ(玉ねぎ、白菜) 	きなこサンド スープ(玉ねぎ、白菜)
28		米、鶏ひき肉、鶏小間、玉ねぎ、じゃがいも、人参、きゅうり、きゃべつ、しめじ		食パン、きな粉、砂糖、ほうれん草、しらす、人参、玉ねぎ、白菜	
27	木	5倍がゆ～軟飯 豆腐ハンバーグ 根菜煮 スープ(油揚げ、しいたけ) 	ご軟飯～ご飯 豆腐ハンバーグ 根菜煮 スープ(油揚げ、しいたけ)	人参蒸しパン ブロッコリー スープ(大根、小松菜)	人参蒸しパン スープ(大根、小松菜)
		米、豚ひき肉、豆腐、玉ねぎ、大根、人参、さといも、油揚げ、しいたけ		小麦粉、砂糖、BP、豆乳、人参、ブロッコリー、大根、小松菜	

※都合により献立が変更になることがあります。

※月齢に応じたグラムで提供しています。

寒くなってきました！！

少しずつ乾燥してくる季節です。この時期は風邪をひきやすくなります。

バランスのいい食事を心がけ、水分補給や睡眠もしっかりとり、

風邪に負けない体を作りましょう♪

