

令和 7年度 11月離乳食献立表

	ごっくん期(初期)	もぐもぐ期(中期)	かみかみ期(後期)	ぱくぱく期(完了期)	おやつ		ごっくん期(初期)	もぐもぐ期(中期)	かみかみ期(後期)	ぱくぱく期(完了期)	おやつ
名前						名前					
月 10日			肉じゃが ひじきと大豆の含め煮 豆腐とわかめの味噌汁 軟飯	肉じゃが ひじきと大豆の含め煮 豆腐とわかめの味噌汁 ご飯	ステックパンの カリカリ焼き	月 17日			筑前煮 野菜豆の含め煮 すいとん汁 軟飯	筑前煮 野菜豆の含め煮 すいとん汁 ご飯	麸菓子 (牛乳)
火 ⑪日 25日			赤魚の炊き合わせ ほうれん草の和え物 豚汁 軟飯	赤魚の炊き合わせ ほうれん草の和え物 豚汁 ご飯	ふわふわせんべい	火 4日 ⑯日			豚肉と野菜の炒め煮 切干大根の含め煮 小かぶと豆腐のスープ 軟飯	豚肉と野菜の炒め煮 切干大根の含め煮 小かぶと豆腐のスープ ご飯	大学芋 (牛乳)
水 12日 ㉖日			茄子と豚肉の炒め煮 かぶと油揚げの煮物 のっぺい汁 軟飯	茄子と豚肉の味噌炒め かぶと油揚げの煮物 のっぺい汁 ご飯	ほうれん草と チーズのマフィン	水 5日 19日			野菜のスープ プロッコリーと カリフラワーのサラダ 軟飯	カレーライス /ご飯 (28品目不使用ルウ使用) プロッコリーと カリフラワーのサラダ	5日 のりじやこトースト 19日 フルーツ入り ヨーグルト
木 ㉑日 27日			白身魚のソテー(くずし煮) さつま芋とレンコンの炒め煮 プロッコリーのおかか和え 白菜の味噌汁 /軟飯	白身魚のソテー <sup>1</sup> さつま芋とレンコンのきんぴら プロッコリーのおかか和え 白菜の味噌汁 /ご飯	キヤロットケーキ	木 6日 20日			鮭の塩焼き(くずし煮) 小松菜のさっと煮 さつま汁 軟飯	鮭の塩焼き 小松菜のさっと煮 さつま汁 ご飯	きな粉マカロニ (牛乳)
金 14日 28日			野菜のスープ 野菜の和風サラダ 軟飯	ビーフシチュー 野菜の和風サラダ ご飯	バナナ	金 7日 21日			豆腐の五目煮 南瓜の含め煮 青菜の味噌汁 軟飯	豆腐の五目煮 南瓜の含め煮 青菜の味噌汁 ご飯	コーンフレークおこし (牛乳)
土 1日 15日 29日			煮込みうどん	味噌ラーメン	パン (ふわふわせんべい)	土 8日 22日			煮込みうどん	肉うどん	パン (ふわふわせんべい) (牛乳)
麺の日 11日			煮込みうどん	きつねうどん		お弁当 18日			豚ひき肉と野菜の炒め煮 ほうれん草の納豆和え わかめスープ 軟飯	ビビンバ丼 ほうれん草の納豆和え わかめスープ	
おにぎりの日 13日			おにぎり(具入りおじや) 肉団子と白菜のスープ	おにぎり 肉団子と白菜のスープ		お誕生会 13日			炊き込みご飯(おじや) 牛肉と大根の含め煮 かぶの昆布和え さつま芋の味噌汁 /柿(加熱)	炊き込みご飯 /柿(加熱) 牛肉と大根の含め煮 かぶの昆布和え さつま芋の味噌汁	

\*離乳食献立は主に給食献立内の食材を使用していますが、練り製品・こんにゃくなどは使用しません。

また生姜やにんにくは12か月を過ぎた頃から風味付け程度に使用することがあります。

\*完了期(12か月)頃からカレールウも使用していますが、つくし組さんではアレルゲンを含まない乳児用のルウを使用します。

\*アレルギーの出にくい食材は給食で徐々に使用します。使用する食材は、事前に一度ご家庭で少量からお試しください。