



# 2023年11月 どんぐりこども園 離乳食 中期・後期予定献立表



日	曜日	初期5～6ヶ月頃	材料	中期7～8ヶ月頃	材料	後期9～11ヶ月頃	材料
1	水					全がゆ～軟飯 野菜のそぼろ煮 小松菜とキャベツのおかひ煮 玉ねぎのすまし汁	米 鶏肉・人参・白菜 小松菜・キャベツ・かつお節 玉ねぎ
2	木					全がゆ～軟飯 肉豆腐 もやしと人参の和え物 わかめと麩の味噌汁	米 豚肉・豆腐・玉ねぎ もやし・人参 わかめ・麩
4	土					全がゆ～軟飯 鶏肉と野菜の煮物 具沢山スープ	米 鶏肉・人参 じゃが芋・長ねぎ・玉ねぎ
6	月					全がゆ～軟飯 鶏肉の甘煮 人参の煮物 大根のすまし汁	米 鶏肉 人参 大根
7	火					全がゆ～軟飯 豚肉と野菜の煮物 さつまいもの甘煮 キャベツのスープ	米 豚肉・玉ねぎ・ピーマン さつまいも・人参 キャベツ
8	水					全がゆ～軟飯 カレーの煮付け ひじき煮 豆腐と玉ねぎの味噌汁	米 カレー ひじき・人参・キャベツ 豆腐・玉ねぎ
9	木					全がゆ～軟飯 野菜の味噌そぼろ煮 三色和え かぼちゃのすまし汁	米 鶏肉・玉ねぎ 小松菜・もやし・人参 かぼちゃ
10	金					パンがゆ～食パン じゃが芋のシチュー 人参の煮物	食パン じゃが芋・豚肉・牛乳・玉ねぎ 人参
11	土					全がゆ～軟飯 高野豆腐と野菜の煮物 キャベツのすまし汁	米 高野豆腐・もやし・人参 キャベツ
13	月					全がゆ～軟飯 豚肉と豆腐の煮物 ビーフン煮 わかめと玉ねぎの味噌汁	米 豚肉・豆腐 ビーフン・人参 わかめ・玉ねぎ
14	火					煮込みうどん 切干大根煮	うどん・鶏肉 長ねぎ・ほうれん草
15	水					全がゆ～軟飯 鶏肉の煮物 キャベツの納豆煮 大根のすまし汁	米 鶏肉 キャベツ・人参・納豆 大根

日	曜日	初期5～6ヶ月頃	材料	中期7～8ヶ月頃	材料	後期9～11ヶ月頃	材料
16	木					全がゆ～軟飯 麻婆豆腐 白菜の煮物 もやしのスープ	米 豚肉・豆腐・長ねぎ 白菜・人参 もやし
17	金					全がゆ～軟飯 ポークシチュー スパゲティ煮	米 豚肉・玉ねぎ・人参・牛乳 スパゲティ・キャベツ
18	土					全がゆ～軟飯 野菜のそぼろ煮 じゃが芋の味噌汁	米 鶏肉・人参・玉ねぎ じゃが芋
20	月					全がゆ～軟飯 野菜のそぼろグチャップ煮 ひじきと人参の煮物 マカロニスープ	米 鶏肉・玉ねぎ・ピーマン ひじき・人参 マカロニ
21	火					全がゆ～軟飯 豚肉と野菜の煮物 かぼちゃの甘煮 小松菜の味噌汁	米 豚肉・キャベツ・人参 かぼちゃ 小松菜
22	水					スープパスタ 白菜ともやしの煮ひたし	スパゲティ・鶏肉 玉ねぎ・人参 白菜・もやし
24	金					全がゆ～軟飯 ポトフ風 きゅうりともやしのお浸し	米 鶏肉・じゃが芋 玉ねぎ・人参 きゅうり・もやし
25	土					全がゆ～軟飯 鶏肉と野菜の煮物 キャベツのスープ	米 鶏肉・人参・玉ねぎ キャベツ
27	月					全がゆ～軟飯 鶏肉の煮物 マカロニ煮 豆腐のすまし汁	米 鶏肉 マカロニ・人参 豆腐
28	火					全がゆ～軟飯 鮭の煮つけ 野菜の煮物 里芋の味噌汁	米 鮭 ほうれん草・人参 里芋
29	水					パンがゆ～食パン シチュー 切干大根煮	食パン 鶏肉・玉ねぎ・じゃが芋・牛乳 切干大根・人参
30	木					味噌煮込みうどん かぼちゃの甘煮	うどん・豚肉・もやし 小松菜・長ねぎ かぼちゃ・人参

\*材料購入の関係上、多少の変更はご了承願います。

\*献立の「軟飯・お粥・つぶし粥」に使用しているお米は、国内産です。

\*保育園ではいろいろな食材を使用しております。献立表の材料名もご覧いただき、食べたことがない食材は事前にご家庭でお試し下さい。