令和８年11月１日

保護者各位

認定こども園文化保育園

園長　浅田祐起子

栄養士　　林香里

11月　離乳食献立表

日付	午前間食	5ヶ月～ 主食：つぶし粥	7ヶ月～ 主食：五分粥	9ヶ月～ 主食：全粥
2（月）	キウイ	野菜の煮汁 人参と豆腐のペースト 玉葱のペースト	人参とキャベツの汁物 人参と豆腐の潰し煮 玉葱と鶏肉の潰し煮	人参とキャベツの汁物 人参と豆腐の煮物 玉葱と鶏肉のほぐし煮
4（水）	バナナ	野菜の煮汁 高野豆腐と玉葱のペースト 小松菜のペースト	人参とキャベツの汁物 高野豆腐と玉葱の潰し煮 小松菜の潰し煮	人参とキャベツの汁物 高野豆腐と玉葱の煮物 小松菜のお浸し
5（木）	バナナ	野菜の煮汁 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのペースト 玉葱のペースト	ビーフン汁（人参、小松菜） ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの潰し煮 玉葱の潰し煮	ビーフン汁（人参、小松菜） ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮物 玉葱の煮物
6（金）	グレープフルーツ	野菜の煮汁 じゃが芋のペースト 玉葱のペースト	人参と青梗菜の汁物 じゃが芋の潰し煮 玉葱と白身魚の潰し煮	人参と青梗菜の汁物 じゃが芋の煮物 玉葱と白身魚のほぐし煮
7（土）	ﾊｲﾊｲﾝ☆	うどんのペースト、オレンジ	うどんの潰し煮、オレンジ	うどんの柔らか煮、オレンジ
9（月）	バナナ	野菜の煮汁 玉葱のペースト キャベツのペースト	人参と大根の汁物 玉葱と大豆の潰し煮 キャベツの潰し煮	人参と大根の汁物 玉葱と大豆の煮物 キャベツのお浸し
10（火）	バナナ	野菜の煮汁 豆腐と小松菜のペースト 玉葱のペースト	人参と大根の汁物 豆腐と小松菜の潰し煮 玉葱と白身魚の潰し煮	人参と大根の汁物 豆腐と小松菜のお浸し 玉葱と白身魚のほぐし煮
11（水）	オレンジ	野菜の煮汁 青梗菜のペースト 玉葱のペースト	人参とキャベツの汁物 青梗菜の潰し煮 玉葱の潰し煮	人参とキャベツの汁物 青梗菜のお浸し 玉葱の煮物
12（木）	オレンジ	野菜の煮汁 白菜のペースト 薩摩芋のペースト	人参と玉葱の汁物 白菜の潰し煮 薩摩芋の潰し煮	人参と玉葱の汁物 白菜のお浸し 薩摩芋の煮物
13（金）	グレープフルーツ	野菜の煮汁 じゃが芋のペースト 人参と豆腐のペースト	人参とキャベツの汁物 じゃが芋と鶏肉の潰し煮 人参と豆腐の潰し煮	人参とキャベツの汁物 じゃが芋と鶏肉のほぐし煮 人参と豆腐の煮物

日付	午前間食	5ヶ月～ 主食：つぶし粥	7ヶ月～ 主食：五分粥	9ヶ月～ 主食：全粥
16（月）	バナナ	野菜の煮汁 法蓮草のペースト 人参と豆腐のペースト	人参と大根の汁物 法蓮草の潰し煮 人参と豆腐の潰し煮	人参と大根の汁物 法蓮草のお浸し 人参と豆腐の煮物
17（火）	バナナ	野菜の煮汁 青梗菜のペースト 玉葱のペースト	人参と薩摩芋の汁物 青梗菜の潰し煮 玉葱の潰し煮	人参と玉葱の汁物 青梗菜のお浸し 玉葱の煮物
18（水）	オレンジ	野菜の煮汁 白菜のペースト 玉葱のペースト	人参と玉葱の汁物 白菜の潰し煮 玉葱と白身魚の潰し煮	人参と玉葱の汁物 白菜のお浸し 玉葱と白身魚のほぐし煮
19（木）	オレンジ	野菜の煮汁 薩摩芋のペースト 玉葱のペースト	ビーフン汁（人参、玉葱） 薩摩芋の潰し煮 玉葱の潰し煮	ビーフン汁（人参、玉葱） 薩摩芋の煮物 玉葱の煮物
20（金）	グレープフルーツ	野菜の煮汁 じゃが芋のペースト 小松菜のペースト	人参と豆腐の汁物 じゃが芋と鶏肉の潰し煮 小松菜の潰し煮	人参と豆腐の汁物 じゃが芋と鶏肉のほぐし煮 小松菜のお浸し
21（土）	ﾊｲﾊｲﾝ☆	うどんのペースト、オレンジ	うどんの潰し煮、オレンジ	うどんの柔らか煮、オレンジ
24（火）	バナナ	野菜の煮汁 玉葱のトマト煮 白菜のペースト	ひじき粥、人参と玉葱の汁物 玉葱と大豆のトマト煮 白菜の潰し煮	ひじき粥、人参と玉葱の汁物 玉葱と大豆のトマト煮 白菜のお浸し
25（水）	バナナ	野菜の煮汁 青梗菜のペースト 玉葱のペースト	人参と玉葱の汁物 青梗菜の潰し煮 玉葱の潰し煮	人参と玉葱の汁物 青梗菜のお浸し 玉葱の煮物
26（木）	オレンジ	野菜の煮汁 白菜のペースト 人参と豆腐のペースト	人参と薩摩芋の汁物 白菜の潰し煮 人参と豆腐の潰し煮	人参と薩摩芋の汁物 白菜のお浸し 人参と豆腐の煮物
27（金）	グレープフルーツ	野菜の煮汁 小松菜のペースト 玉葱のペースト	人参と大根の汁物 小松菜の潰し煮 玉葱の潰し煮	人参と大根の汁物 小松菜のお浸し 玉葱の煮物
28（土）	ﾊｲﾊｲﾝ☆	うどんのペースト、オレンジ	うどんの潰し煮、オレンジ	うどんの柔らか煮、オレンジ
30（月）	バナナ	野菜の煮汁 玉葱のトマト煮 白菜のペースト	人参と大根の汁物 玉葱のトマト煮 白菜の潰し煮	人参と大根の汁物 玉葱のトマト煮 白菜のお浸し

離乳食では昆布出汁、椎茸出汁を使用します。果物は月齢に合わせてすりおろしや刻み等で提供します。

食べやすさを考慮し、食材によってはとろみをつける為にじゃが芋や片栗粉を使用する場合があります。

ひじきは茹でこぼした後、月齢に合わせて細かくみじん切りにしたり、すり潰したものを粥と炊いて提供します。

じゃこはやわらかく茹でで塩抜きし、月齢に合わせて細かくみじん切りにしたり、すり潰したものを粥と炊いて提供します。

春雨、ビーフン、うどんは月齢に合わせて刻んで提供します。豆類は薄皮を取り除き、月齢に合わせて刻んで提供します。

後期食では野菜の掴み食べの練習もします。難しい場合は、お子さんに合わせて小さく切って提供します。

午前間食および離乳食の内容は、食材の入荷の都合等により、予告なく変更させて頂く場合があります。予めご了承下さい。