



# 2022年11月 離乳食(後期)予定献立表



日	曜日	昼食	材料	おやつ	材料
1	火	五倍粥 スープ 白身魚の味噌煮 スティック野菜	米 わかめ たら、白菜、玉葱 人参、じゃが芋	バナナ	バナナ
2	水	五倍粥 スープ 豆腐の照り煮 スティック野菜	米 なす 豆腐、ほうれん草、玉葱 人参、胡瓜	スープパグティ	スパグティ、いんげん 玉葱
4	金	五倍粥 スープ ツナの味噌煮 スティック野菜	米 麩 ツナ、キャベツ、玉葱 かぶ、人参	りんごの甘煮	りんご
5	土	五倍粥 スープ ささみの煮物 スティック野菜	米 玉葱 鶏ささみ、キャベツ、長葱 大根、人参	煮込みうどん	うどん、玉葱、人参
7	月	五倍粥 スープ 白身魚の照り煮 スティック野菜	米 人参 たら、ほうれん草、玉葱 胡瓜、大根	スイート南瓜	南瓜、スキムミルク
8	火	五倍粥 スープ ツナの味噌煮 スティック野菜	米 小松菜 ツナ、キャベツ、玉葱 大根、人参	ひじき粥	米、ひじき、人参
9	水	五倍粥 スープ 豆腐の野菜あんかけ スティック野菜	米 長葱 豆腐、白菜、玉葱 人参、ブロッコリー	にゅうめん	そうめん、青梗菜 人参
10	木	五倍粥 スープ 白身魚の味噌煮 スティック野菜	米 そうめん たら、長葱、玉葱 大根、人参	大豆粥	米、大豆、人参
11	金	五倍粥 スープ 鶏ささみのスープ煮 スティック野菜	米 麩 鶏ささみ、玉葱、南瓜 大根、人参	煮込みうどん	うどん、白菜、わかめ
12	土	五倍粥 スープ 白身魚の照り煮 スティック野菜	米 ほうれん草 たら、もやし、人参 大根、胡瓜	りんごの甘煮	りんご
14	月	五倍粥 スープ 白身魚の照り煮 スティック野菜	米 玉葱 たら、もやし、わかめ 人参、大根	マカロニきなこミルク煮	マカロニ、スキムミルク きな粉
15	火	五倍粥 スープ 豆腐と野菜の煮物 スティック野菜	米 麩 豆腐、キャベツ、玉葱 胡瓜、人参	パン粥	食パン、スキムミルク

# タムスわんぱく保育園瑞江

日	曜日	昼食	材料	おやつ	材料
16	水	五倍粥 ポタージュスープ しらすの味噌煮 スティック野菜	米 南瓜、スキムミルク しらす、キャベツ、人参 胡瓜、じゃが芋	スープパグティ	スパグティ、人参 玉葱
17	木	五倍粥 スープ 豆腐と野菜の煮物 スティック野菜	米 麩 豆腐、小松菜、玉葱 人参、じゃが芋	きな粉粥	米、きな粉
18	金	五倍粥 スープ ささみと野菜の煮物 スティック野菜	米 白菜 鶏ささみ、もやし、人参 胡瓜、じゃが芋	お麩のチーズ風味	麩、スキムミルク チーズ
19	土	五倍粥 スープ 豆腐の味噌あんかけ スティック野菜	米 もやし 豆腐、キャベツ、玉葱 さつま芋、人参	煮込みうどん	うどん、人参、キャベツ
21	月	五倍粥 スープ 白身魚と野菜の煮物 スティック野菜	米 長葱 たら、玉葱、南瓜 大根、人参	ビーフンと野菜の旨煮	ビーフン、玉葱、人参
22	火	五倍粥 スープ 豆腐のスープ煮 スティック野菜	米 わかめ 豆腐、小松菜、玉葱 大根、胡瓜	スイートポテト	さつま芋、スキムミルク
24	木	五倍粥 スープ ささみの味噌煮 スティック野菜	米 長葱 鶏ささみ、玉葱、青梗菜 大根、人参	人参粥	米、人参
25	金	五倍粥 スープ ツナのトマト煮 スティック野菜	米 麩 ツナ、キャベツ、玉葱、トマトピューレ ブロッコリー、人参	わかめ粥	米、人参、わかめ
26	土	五倍粥 スープ しらすの煮物 スティック野菜	米 キャベツ しらす、小松菜、玉葱 胡瓜、人参	麩のきなこミルク煮	麩、スキムミルク きな粉
28	月	五倍粥 スープ 鶏ささみと野菜の煮物 スティック野菜	米 玉葱 鶏ささみ、ほうれん草、白菜 大根、人参	かぼちゃ粥	米、南瓜
29	火	五倍粥 スープ 豆腐の味噌あんかけ スティック野菜	米 キャベツ 豆腐、玉葱、人参 じゃが芋、胡瓜	きな粉粥	米、きな粉
30	水	五倍粥 スープ しらすのスープ煮 スティック野菜	米 小松菜 しらす、玉葱、白菜 大根、人参	煮込みうどん	うどん、白菜、人参

\*材料の入荷状況や、配達、天候等の都合により、献立を変更させて頂く場合がございます。  
 \*だし汁には、かつお節、昆布、煮干しを使用しています。  
 \*調味料として、醤油、上白糖、塩、味噌、サラダ油を使用しています。

