



11月 離乳食 献立表



令和7年

きららうえばる保育園

日曜日	曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月 中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月 後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月	ヨーグルト状(ペースト) 豆腐の固さ(マッシュ) バナナの固さ(柔らかく刻む)	果物	おやつ (3回食から)	※ 食物アレルギーの有無を確認するために、家庭で食べた事がない食材は、園では提供致しません。子どもの安全を守るため食材チェックは必ず行ってください。
1	土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 豆腐のすり流し オニオンスープ	バナナ果汁	ツナおじや 豆腐のすまし汁	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 豆腐のつぶし煮 オニオンスープ	バナナ		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 豆腐のいり煮 オニオンスープ			
4	火	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 南瓜ペースト 大根スープ	バナナ果汁	鮭おじや 南瓜スープ	
		中期	全粥 鮭と野菜のつぶし煮 南瓜の煮物 大根のみそ汁	ヨーグルトあえ		
		後期	軟飯 鮭の野菜煮 南瓜の煮物 大根のみそ汁			
5	水	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ 冬瓜スープ	バナナ果汁	ササミ粥 豆腐のすまし汁	
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 ポテつぶしサラダ 冬瓜スープ	バナナ		
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 ポテトサラダ 冬瓜スープ			
6	木	初期	つぶし粥 野菜ペースト 人参ペースト 豆腐のすり流し汁	みかん果汁	ツナおじや じゃが芋スープ	
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 つぶし和え物 豆腐のすまし汁	みかん		
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 和え物 豆腐のすまし汁			
7	金	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 野菜ペースト 大根スープ	オレンジ果汁	ササミおじや じゃが芋スープ	
		中期	全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 野菜つぶし煮 大根のみそ汁	オレンジ		
		後期	軟飯 白身魚の野菜煮 野菜きんぴら 大根のみそ汁			
8	土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 南瓜ペースト 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	ツナおじや 南瓜スープ	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 南瓜煮物 豆腐のすまし汁	バナナ		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 南瓜の煮物 豆腐のすまし汁			
10	月	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し さつま芋ペースト オニオンスープ	みかん果汁	さつま芋おじや ほうれん草スープ	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 みそ汁	みかん		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 さつま芋の煮物 みそ汁			
11	火	初期	つぶし粥 魚のミルクすり流し 南瓜ペースト 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	鶏おじや 南瓜スープ	
		中期	全粥 魚のミルクつぶし煮 南瓜の煮物 豆腐のすまし汁	バナナ		
		後期	軟飯 魚のミルク煮 南瓜の煮物 豆腐のすまし汁			
12	水	初期	つぶし粥 野菜ペースト ポテトサラダマッシュ 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	鶏おじや 大根スープ	
		中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 ポテつぶしサラダ みそ汁	バナナ		
		後期	軟飯 鶏肉の煮物 ポテトサラダ みそ汁			
13	木	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し さつま芋ペースト 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	バナナパンケーキ	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 豆腐のすまし汁	バナナ		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 さつま芋煮物 豆腐のすまし汁			
14	金	初期	つぶし粥 野菜ペースト 大根サラダマッシュ 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	ささみおじや 大根スープ	
		中期	全粥 ささみと野菜のつぶし煮 大根つぶしサラダ 豆腐のすまし汁	バナナ		
		後期	軟飯 ささみと野菜の煮物 大根サラダ 豆腐のすまし汁			
15	土	初期	つぶし粥 野菜ペースト 野菜ペースト 冬瓜スープ	バナナ果汁	鶏おじや じゃが芋スープ	
		中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 野菜つぶしサラダ 冬瓜スープ	バナナ		
		後期	軟飯 鶏肉の煮物 野菜サラダ 冬瓜スープ			
17	月	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し 南瓜ペースト オニオンスープ	オレンジ果汁	おじや 豆腐のすまし汁	
		中期	全粥 豆腐のつぶし煮 南瓜の煮物 オニオンスープ	オレンジ		
		後期	軟飯 豆腐の煮物 南瓜の煮物 オニオンスープ			
18	火	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ブロッコリーつぶしサラダ 大根スープ	バナナ果汁	じゃが芋おやき	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 ブロッコリーつぶしサラダ 大根のみそ汁	バナナ		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 ブロッコリーサラダ 大根のみそ汁			
19	水	初期	つぶし粥 野菜ペースト 小松菜の白和えマッシュ すましスープ	みかん果汁	ツナおじや 南瓜スープ	
		中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 小松菜のつぶし白和え ソーメン汁	みかん		
		後期	軟飯 鶏肉の煮物 小松菜の白和え ソーメン汁			
20	木	初期	つぶし粥 白身魚とトマトのすり流し 豆腐の煮物ペースト 白菜スープ	バナナ果汁	トマトおじや 豆腐のすまし汁	
		中期	全粥 白身魚のつぶしトマト煮 豆腐のつぶし煮 白菜のみそ汁	バナナ		
		後期	軟飯 白身魚のトマト煮 豆腐の煮物 白菜のみそ汁			
21	金	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 白菜煮マッシュ オニオンスープ	バナナ果汁	さつま芋おやき	
		中期	全粥 鮭と野菜のつぶし煮 白菜つぶし煮 オニオンスープ	バナナ		
		後期	軟飯 鮭の野菜煮 白菜の煮物 オニオンスープ			
22	土	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し マッシュポテト 野菜スープ	バナナ果汁	ツナおじや じゃが芋スープ	
		中期	全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 つぶしポテトサラダ つぶし鶏汁	バナナ		
		後期	軟飯 白身魚の野菜煮 ポテトサラダ 鶏汁			
25	火	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 大根煮ペースト すましスープ	バナナ果汁	鶏おじや 大根スープ	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 大根のつぶし煮 ソーメン汁	バナナ		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 大根の軟らか煮 ソーメン汁			
26	水	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 南瓜ペースト すましスープ	オレンジ果汁	南瓜パンケーキ	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 南瓜の煮物 ゆし豆腐	オレンジ		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 南瓜の煮物 ゆし豆腐			
27	木	初期	つぶし粥 野菜ペースト ポテトサラダマッシュ 大根スープ	バナナ果汁	鶏粥 じゃが芋スープ	
		中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 ポテつぶしサラダ 大根スープ	バナナ		
		後期	軟飯 鶏肉の煮物 ポテトサラダ 大根スープ			
28	金	初期	つぶし粥 野菜のすり流し 南瓜ペースト 豆腐のすり流し汁	みかん果汁	さつま芋おやき	
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 南瓜の煮物 豆腐のみそ汁	みかん		
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 南瓜の煮物 豆腐のみそ汁			
29	土	初期	つぶし粥 魚のすり流し 和獲物マッシュ 小松菜スープ	バナナ果汁	トマトおじや キャベツスープ	
		中期	全粥 魚のつぶし煮 つぶし和え物 みそ汁	バナナ		
		後期	軟飯 魚の煮物 和え物 みそ汁			

- ※ 食材の都合により献立を変更する事があります。
- ※ 離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整しています。
- ※ 3日(月)文化の日振替休日でお休みです。
- ※ 24日(月)勤労感謝の日振替休日でお休みです。

