

11月 おしょくじカレンダー 離乳食

曜日	月	火	水	木	金	土
日		1	2	3	4	5
乳児	1日3回の食事のリズムを大切に、家族で食事をたのしみましょう。	・ミルク コーンフレーク	・麦茶 ヨーグルト	文化の日	麦茶 バナナ	麦茶 ヨーグルト
昼食		・粥または軟飯 ・肉豆腐 ・こふき芋 ・とろろ昆布汁	・粥または軟飯 ・鮭の野菜あんかけ ・マカロニの柔らかか煮 ・豆腐のすまし汁		・粥または軟飯 ・鶏ひき肉のハンバーグ ・人参グラッセ ・わかめと麩の味噌汁	・煮込みうどん ・オレンジ
おやつ		麦茶 ヨーグルトゼリー	ミルク お麩のきな粉かけ		ミルク さつま芋茶巾	麦茶 鮭粥または軟飯
日	7	8	9	10	11	12
乳児	ミルク コーンフレーク	麦茶 ヨーグルト	ミルク パナナ	ミルク コーンフレーク	ミルク 菓子	麦茶 ヨーグルト
昼食	・粥または軟飯 ・ハンバーグ ・人参のおかか煮 ・なめこの味噌汁	・粥または軟飯 ・ミートボールと野菜の煮物 ・ひきわり納豆 ・ほうれん草のすまし汁	・粥または軟飯 ・鶏ひき肉と人参の煮物 ・かぼちゃの甘煮 ・野菜の味噌汁	・粥または軟飯 ・カレイの煮つけ ・茹でブロッコリー ・青梗菜のスープ	・粥または軟飯 ・肉じゃが ・オレンジ ・野菜スープ	・煮込みうどん ・バナナ
おやつ	ミルク 味噌粥または軟飯	ミルク 菓子	ミルク スティックパン	ミルク 蒸しパン	ミルク ホットケーキ	麦茶 スティックパン
日	14	15	16	17	18	19
乳児	ミルク 菓子	ミルク パナナ	麦茶 ヨーグルト	ミルク コーンフレーク	ミルク 菓子	麦茶 ヨーグルト
昼食	・粥または軟飯 ・じゃが芋のグラタン風 ・オレンジ ・玉ねぎと人参の味噌汁	・粥または軟飯 ・カレイの野菜あんかけ ・人参スティック ・かぶの味噌汁	・粥または軟飯 ・チキンボール ・ブロッコリーの出汁あんかけ ・春雨スープ	・粥または軟飯 ・さつま芋茶巾 ・ほうれん草のお浸し ・麩と人参の味噌汁	・粥または軟飯 ・炒り豆腐 ・かぼちゃの甘煮 ・えのきの味噌汁	・煮込みうどん ・野菜スープ
おやつ	ミルク ホットケーキ	ミルク 煮込みうどん	ミルク 菓子	ミルク おかか粥または軟飯	ミルク スティックパン	麦茶 スティックパン
日	21	22	23	24	25	26
乳児	ミルク コーンフレーク	ミルク 菓子	勤労感謝の日	ミルク パナナ	ミルク ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト
昼食	・粥または軟飯 ・ミートボールと大根の味噌煮 ・茹でブロッコリー ・えのきとわかめのスープ	・わかめ粥または軟飯 ・チキンハンバーグ ・みかん ・芋煮汁		・ご飯 ・カレイのホイル蒸し ・さつまいもの柔らかか煮 ・青菜の味噌汁	・粥または軟飯 ・チキンボールと野菜の旨煮 ・人参スティック ・野菜スープ	・煮込みうどん ・オレンジ
おやつ	ミルク 菓子	牛乳 ホイルケーキ		ミルク ホットケーキ	ミルク 粥または軟飯	ミルク 粥または軟飯
日	28	29	30	保育園での離乳食は、月齢によらず、ご家庭での食事の状況をお聞きしながら、ひとりひとりの「食べる力」にあわせて進めています。また、「自分で口に運んで食べる」その第一歩が手づかみ食です。噛むことをもだんだん上手になるように、手づかみで食べられるものや歯がためになるものをご家庭で		
乳児	ミルク 菓子	ミルク コーンフレーク	麦茶 ヨーグルト			
昼食	・ご飯 ・チキンボールと大根の旨煮 ・ひきわり納豆 ・白菜スープ	・ご飯 ・カレイの煮付け ・ブロッコリーの白和え ・玉ねぎと人参の味噌汁	・ご飯 ・水餃子 ・こふき芋 ・長葱と小松菜の味噌汁			
おやつ	ミルク 煮込みはつと汁	ミルク さつま芋の甘煮	ミルク 菓子			

* 行事や材料の都合により、献立を変更することがありますので、ご了承ください。