

★ 11月 献立表 (本園離乳食完了期)★

	1 火	2 水	3 木	4 金	5 土	6 日	7 月	8 火	9 水	10 木	11 金	12 土	13 日	14 月	15 火
	■ごはん 米 ■鮭の塩こうじ焼 ■秋鮭 ■ほうれん草のソテー ■ほうれんそう にんにじん キャノーラ油 しお ■みそしる あぶらあげ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏の唐揚げ とりにく たまねぎ にんにじん 濃口しょうゆ さとう かき粉 ■キャノーラ油 ■キャベツの酢の物 ■きゃべつ きゅうり にんにじん 穀物酢 さとう 淡口しょうゆ ■みそしる ■はたまたまねぎ みそ だし昆布 削りぶし	文化の日 	■ハヤシライス 米 きゅうりにく 牛バラ たまねぎ にんにじん キャノーラ油 ■コーンサラダ コーン たまねぎ にんにじん マヨネーズ	■鶏そぼろ丼 鶏ひき肉 しょうが たまねぎ にんにじん 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 ■ほうれんそう さとう 濃口しょうゆ しお ■オクラの和え物 オクラ にんにじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ふかめ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■牛肉と玉ねぎの甘辛煮 牛バラ きゅうりにく たまねぎ にんにじん 糸こんにやく さとう 濃口しょうゆ 切干だいこん にんにじん きぬさや ■キャノーラ油 ■穀物酢 淡口しょうゆ さとう ■みそしる ■あきやねぎ みそ だし昆布 削りぶし	勤労感謝の日 	■ごはん 米 ■鶏肉のポン酢炒め とりにく たまねぎ にんにじん ポンス しお ■キャノーラ油 ■インゲンのごま和え ■インゲン にんにじん 濃口しょうゆ ■みそしる ■あきやねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■豚肉のトマト煮 豚小間 ぶたにく たまねぎ にんにじん ブロッコリー トマト缶 トイヨン さとう ■キャノーラ油 ■ごぼうサラダ ■ごぼう ゆかり にんにじん マヨネーズ 濃口しょうゆ ■スーパ コン たまねぎ しお	■五目うどん うどん とりにく しめじ はくさい あぶらあげ 青ねぎ だし昆布 削りぶし さとう 濃口しょうゆ みりん風 ■大豆の燗煮 だし昆布 にんにじん きょうり さとう 濃口しょうゆ 削りぶし	■パン・キンカレーライス 米 小間 かぼちゃ たまねぎ にんにじん キャノーラ油 ■カールウ フイヨン ■マカロニサラダ マカロニ きゅうり にんにじん マヨネーズ	■鶏のすき焼き風丼 米 とりにく たまねぎ 糸こんにやく にんにじん 青ねぎ キャノーラ油 さとう 濃口しょうゆ ■小松菜の和え物 ■小松菜 ごまつな にんにじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ■ふかめ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■豚肉の甘辛炒め ぶたにく たまねぎ にんにじん 糸こんにやく さとう 濃口しょうゆ ■キャノーラ油 ■ほうれん草の和えも ■ほうれんそう にんにじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ■ふかめ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■赤飯 米 モチ米 黒こま ■鯖の塩焼き さば しお ■ブロッコリーのツナ和え ブロッコリー ツナ水煮 濃口しょうゆ さとう ■すまし汁 ■ふかめ わかめ みりん風 濃口しょうゆ だし昆布 削りぶし	
10時	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶		■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶
3時	■お餅のラスク ふかめ マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	■ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 しお ■牛乳 牛乳		■フルーツ（もも缶） もも缶 ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳	■フルーツ（カクテル缶） ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■ブルーベリージャムサンド クラッカー ブルーベリージャム ■牛乳 牛乳	■抹茶クッキー こめ粉 抹茶缶 ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳	■おかかおにぎり 米 かつおぶし 濃口しょうゆ さとう ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ（みかん缶） みかん缶 ■牛乳 牛乳	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳	■クラッカージャムサンド クラッカー いちごジャム ■牛乳 牛乳	■ポップコーン（ココア） ポップコーンの素 キャノーラ油 ココア さとう ■牛乳 牛乳		
	16 水	17 木	18 金	19 土	20 日	21 月	22 火	23 水	24 木	25 金	26 土	27 日	28 月	29 火	30 水
	■ごはん 米 ■チキンチャップ とりにく たまねぎ にんにじん ケチャップ さとう ■キャノーラ油 ■大根サラダ だいこん にんにじん 穀物酢 さとう 濃口しょうゆ ■スーパ にんにじん たまねぎ しお	■やしそば 小麦中華めん 豚小間 きゅうり たまねぎ にんにじん ピーマン 中濃ソース キャノーラ油 ■具だくさん味噌汁 ■具だくさん さつま芋 だいこん にんにじん あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■カレーチャーハン 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんにじん 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 ■パセリ缶 ■インゲンの中華和え ■インゲン にんにじん ごまつな にんにじん ごまつな にんにじん 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ コーン 青ねぎ 鶏がらスープ 淡口しょうゆ	■豚丼 米 ぶたにく たまねぎ にんにじん 青ねぎ 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 ■カツオのたたき カツオ にんにじん ポンス ■みそしる ■ふかめ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■豚肉の味噌炒め ぶたにく たまねぎ にんにじん 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 ■ひじき煮 にんにじん あぶらあげ きぬさや 濃口しょうゆ さとう ■すまし汁 ふかめ わかめ みりん風 濃口しょうゆ しお だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■白身魚のフライ たら だいこん かきたまり 粉 ■キャノーラ油 ■春雨の酢の物 春雨 にんにじん 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 ■ひじき煮 にんにじん あぶらあげ きぬさや 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ■あきやねぎ みそ だし昆布 削りぶし	勤労感謝の日 	■わかれうどん うどん とりにく わかめ あぶらあげ 青ねぎ だし昆布 削りぶし さとう 濃口しょうゆ みりん風 ■金平ごぼう ごぼう にんにじん ごまつな にんにじん 濃口しょうゆ さとう 白こま	■ポークカレー 米 豚小間 じゃがいも たまねぎ にんにじん キャノーラ油 ■カールウ フイヨン ■スパゲティサラダ スパゲティ にんにじん きょうり マヨネーズ しお	■麻婆丼 米 とろろ 豚ひき肉 たまねぎ 青ねぎ しょうが みそ 濃口しょうゆ ■鶏がらスープ ごまつな ■ブロッコリーの中味和え ブロッコリー ごまつな 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ わかめ 鶏がらスープ 淡口しょうゆ	■ごはん 米 ■鶏の生姜煮 さば 濃口しょうゆ しょうが さとう ■ほうれん草のごま和え ■ほうれんそう にんにじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ■あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏のねぎみそ焼き ぶたにく たまねぎ にんにじん 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 ■きゅうりの酢の物 きゅうり わかめ さとう 濃口しょうゆ ■穀物酢 濃口しょうゆ にんにじん ふかめ みりん風 淡口しょうゆ しお だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■ぶた肉と大根のうま煮 ぶたにく たまねぎ にんにじん だいこん ごまつな にんにじん きぬさや にんにじん 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 ■インゲンのツナ和え ■インゲン にんにじん ごまつな にんにじん ツナ水煮 濃口しょうゆ ■みそしる きょうり わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし		
10時	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶
3時	■きなこクッキー こめ粉 きな粉 ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳	■きのこおにぎり 米 にんにじん しめじ えのき エリンギ あぶらあげ 淡口しょうゆ みりん風 だし昆布 削りぶし ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ（もも缶） もも缶 ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳	■高野豆腐の 高野豆腐 さとう ココア とうにゅう ■牛乳 牛乳	■フルーツ（みかん缶） みかん缶 ■牛乳 牛乳	■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ（カクテル缶） ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳	■ポップコーン（きなこ） ポップコーンの素 キャノーラ油 きな粉 さとう ■牛乳 牛乳	■ココアクッキー こめ粉 ココア ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳	■フルーツ（みかん缶） みかん缶 ■牛乳 牛乳			