



2021年 11月度 ＜後期・完了期＞

※後期は離乳食後にお子様に合わせてミルクを飲みます。
 ※完了期は幼児食のおおよそ6割の量を目安に提供しております。
 完了期の食材は幼児期と同じものを使用しております。幼児食献立をご参照下さい。
 ※お子様の月齢や発達の状態に合わせて離乳食を進めていきます。
 ※お子様に合わせて、柔らかさ形状が違います。
 ※都合により献立の一部を変更する場合がございますのでご了承ください。

日	カミカミ期 (後期 9~11ヵ月)			パクパク期 (完了期 12~17ヵ月)		
	午前食	午後食	エネルギー (kcal)	午前食	午後食	エネルギー (kcal)
1 月	米粥～軟飯 鶏ひき肉のスープ煮 たまねぎ にんじん じゃがいも こまつなスープ	ミルク粥～軟飯	263	ビーンズドライカレー ツナじゃがサラダ コンソメスープ	牛乳 カルシウムヨーグルト ビスケット	379
2 火	米粥～軟飯 たらのだし煮 だいこん にんじん こまつな 豆腐すまし汁	昆布だし粥～軟飯	214	軟飯～ご飯 ぶりのねぎみそ焼き ひじき煮 けんちん汁 みかん	牛乳 海苔塩むすび	374
4 木	米粥～軟飯 豆腐のだし煮 さつまいも かぶ にんじん たまねぎみそ汁	みそ粥～軟飯	241	軟飯～ご飯 ハンバーグ さつまいもとりんごのサラダ みそ汁	牛乳 おかかおにぎり	401
5 金	米粥～軟飯 鶏ささみのだし煮 じゃがいも にんじん たまねぎ だいこんみそ汁	豆腐粥～軟飯	227	軟飯～ご飯 肉じゃが だいごんの中華和え みそ汁	牛乳 豆腐ドーナツ	367
6 土	米粥～軟飯 高野豆腐のだし煮 キャベツ たまねぎ にんじん かぼちゃみそ汁	みそ粥～軟飯	235	焼きうどん かぼちゃのそぼろあんかけ みそ汁	牛乳 ゆかりおにぎり	331
8 月	米粥～軟飯 鶏ひき肉のだし煮 じゃがいも ブロッコリー にんじん たまねぎみそ汁	やさい粥～軟飯	238	軟飯～ご飯 鶏肉のオーロラソース焼き ブロッコリーサラダ みそ汁 パナナ	牛乳 カレーピラフ	366
9 火	米粥～軟飯 鶏ささみのスープ煮 にんじん キャベツ たまねぎ 豆腐スープ	ゆでさつまいも	197	マーボー丼 キャベツの中華和え コーンと卵のスープ	牛乳 蒸かし芋 かみかみ小魚	371
10 水	米粥～軟飯 たらのだし煮 かぼちゃ はくさい にんじん だいこんみそ汁	プレーンケーキ	187	軟飯～ご飯 ししゃもカレー粉揚げ かぼちゃの甘煮 白菜の浅漬け 豚汁	牛乳 甘納豆ケーキ	370
11 木	米粥～軟飯 鶏ひき肉のスープ煮 じゃがいも きゅうり にんじん かぶスープ	きなこ粥～軟飯	228	肉みそスバゲティ ポテトサラダ コンソメスープ	牛乳 きなこおにぎり	351
12 金	米粥～軟飯 たらのだし煮 こまつな にんじん だいこん じゃがいもみそ汁	さつまいも蒸しパン	185	軟飯～ご飯 さわらのごま焼き 小松菜と油揚げの和え物 みそ汁 柿	牛乳 さつまいも蒸しパン	358
13 土	米粥～軟飯 高野豆腐のだし煮 たまねぎ キャベツ にんじん かぼちゃみそ汁	ミルク粥～軟飯	270	軟飯～ご飯 鶏肉の照り焼き キャベツのツナサラダ みそ汁	牛乳 ぶどうパン	346
15 月	米粥～軟飯 鶏ひき肉のスープ煮 たまねぎ にんじん じゃがいも こまつなスープ	ミルク粥～軟飯	263	ビーンズドライカレー ツナじゃがサラダ コンソメスープ	牛乳 カルシウムヨーグルト ビスケット	379
16 火	米粥～軟飯 たらのだし煮 だいこん にんじん こまつな 豆腐すまし汁	昆布だし粥～軟飯	214	軟飯～ご飯 ぶりのねぎみそ焼き ひじき煮 けんちん汁 みかん	牛乳 海苔塩むすび	374
17 水	米粥～軟飯 鶏ひき肉のだし煮 じゃがいも たまねぎ にんじん キャベツみそ汁	食パンスティック	243	軟飯～ご飯 ポークケチャップ キャベツのごまサラダ みそ汁	牛乳 りんごジャムサンド	349
18 木	米粥～軟飯 豆腐のだし煮 さつまいも かぶ にんじん たまねぎみそ汁	みそ粥～軟飯	241	軟飯～ご飯 ハンバーグ さつまいもとりんごのサラダ みそ汁	牛乳 おかかおにぎり	401
19 金	米粥～軟飯 鶏ささみのだし煮 じゃがいも にんじん たまねぎ だいこんみそ汁	豆腐粥～軟飯	227	軟飯～ご飯 肉じゃが だいごんの中華和え みそ汁	牛乳 豆腐ドーナツ	367
20 土	米粥～軟飯 高野豆腐のだし煮 キャベツ たまねぎ にんじん かぼちゃみそ汁	みそ粥～軟飯	235	焼きうどん かぼちゃのそぼろあんかけ みそ汁	牛乳 ゆかりおにぎり	331
22 月	米粥～軟飯 鶏ひき肉のだし煮 じゃがいも ブロッコリー にんじん たまねぎみそ汁	やさい粥～軟飯	238	軟飯～ご飯 鶏肉のオーロラソース焼き ブロッコリーサラダ みそ汁 パナナ	牛乳 カレーピラフ	366
24 水	米粥～軟飯 たらのだし煮 かぼちゃ はくさい にんじん だいこんみそ汁	プレーンケーキ	187	軟飯～ご飯 ししゃもカレー粉揚げ かぼちゃの甘煮 白菜の浅漬け 豚汁	牛乳 甘納豆ケーキ	370
25 木	米粥～軟飯 鶏ひき肉のスープ煮 じゃがいも きゅうり にんじん かぶスープ	きなこ粥～軟飯	228	肉みそスバゲティ ポテトサラダ コンソメスープ	牛乳 きなこおにぎり	351
26 金	米粥～軟飯 たらのだし煮 こまつな にんじん だいこん じゃがいもみそ汁	さつまいも蒸しパン	185	軟飯～ご飯 さわらのごま焼き 小松菜と油揚げの和え物 みそ汁 柿	牛乳 さつまいも蒸しパン	358
27 土	米粥～軟飯 高野豆腐のだし煮 たまねぎ キャベツ にんじん かぼちゃみそ汁	ミルク粥～軟飯	270	軟飯～ご飯 鶏肉の照り焼き キャベツのツナサラダ みそ汁	牛乳 ぶどうパン	346
29 月	米粥～軟飯 高野豆腐のだし煮 たまねぎ にんじん ほうれんそう かぶみそ汁	ゆでさつまいも	199	軟飯～ご飯 豚肉のしょうが焼き 高野豆腐の含め煮 みそ汁	牛乳 大学芋	370
30 火	米粥～軟飯 たらのだし煮 こまつな にんじん たまねぎ 豆腐すまし汁	みそ粥～軟飯	225	軟飯～ご飯 さばのみそ煮 こまつなの納豆和え すまし汁 みかん	牛乳 五平餅	377
遠足	米粥～軟飯 鶏ささみのスープ煮 にんじん きゅうり じゃがいも たまねぎスープ	プレーンヨーグルト 赤ちやんビスケット	203	おにぎり(うめり・ごまおほか) 塩から揚げ スティック野菜 粉ふき芋 みかん	牛乳 ヨーグルトジャム添え ごまビスケット	396
誕生会	米粥～軟飯 鶏ひき肉のスープ煮 たまねぎ にんじん ブロッコリー ほうれんそうスープ	プレーンケーキ	192	ハヤシライス ゆでブロッコリー コンソメスープ りんご	牛乳 パナナケーキ	395

後期 給与栄養目標量(エネルギー)／kcal 220

完了期 給与栄養目標量(エネルギー)／kcal 360