

## 2020年 11月 離乳食献立表 アップルナースリー保育園

		前期	中期	後期・完了期
2	月	10倍粥、豆腐煮、 ブロッコリーの煮浸し、みそ汁	5倍粥、豆腐煮、 ブロッコリーの煮浸し、みそ汁	軟飯、厚揚げの卵とじ、 ブロッコリーのおかか和え、みそ汁
4	水	10倍粥、豚肉の煮物、 白菜の煮浸し、みそ汁	5倍粥、豚肉の煮物、 白菜の煮浸し、みそ汁	軟飯、豚肉のニラ炒め、 白菜と小松菜の和え物、みそ汁
5	木	10倍粥、魚の煮付け、 野菜煮、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、 野菜煮、すまし汁	軟飯、ぶり大根、 パンパンジー、すまし汁
6	金	10倍粥、豚肉とじゃが芋の煮物、 大根煮、すまし汁	5倍粥、豚肉とじゃが芋の煮物、 大根煮、すまし汁	カレーライス、コロコロコンドレッシング サラダ、トマト、コンソメスープ
7	土	10倍粥、鶏肉の煮物、 チンゲン菜の煮浸し、みそ汁	5倍粥、鶏肉の煮物、 チンゲン菜の煮浸し、みそ汁	軟飯、鶏肉の煮物、 チンゲン菜のお浸し、みそ汁
9	月	10倍粥、鶏肉の旨煮、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉の旨煮、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	コーンクリームスパゲティ、 三色サラダ、トマト、卵スープ
10	火	10倍粥、豆腐の煮物、 小松菜の煮浸し、すまし汁	5倍粥、豆腐の煮物、 小松菜の煮浸し、すまし汁	軟飯、豆腐の真砂揚げ、 小松菜の和え物、中華スープ
11	水	10倍粥、魚の煮付け、 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	きのこご飯、鮭のちゃんちゃん焼き、 ほうれん草の甘酢和え、すまし汁
12	木	10倍粥、鶏肉のおろし煮、 チンゲン菜の煮浸し、みそ汁	5倍粥、鶏肉のおろし煮、 チンゲン菜の煮浸し、みそ汁	軟飯、鶏肉のおろしあんかけ、 チンゲン菜の炒め物、みそ汁
13	金	10倍粥、豚肉の旨煮、 南瓜煮、すまし汁	5倍粥、豚肉の旨煮、 南瓜煮、すまし汁	軟飯、豚肉と野菜のケチャップ炒め、 南瓜のサクサクパン粉焼き、コンソメスープ
14	土	10倍粥、魚の煮付け、 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	軟飯、鮭の野菜あんかけ、 ほうれん草の和え物、すまし汁
16	月	10倍粥、鶏肉の煮物、 小松菜の煮浸し、みそ汁	5倍粥、鶏肉の煮物、 小松菜の煮浸し、みそ汁	納豆ご飯、鶏のつくね、 小松菜の煮浸し、みそ汁
17	火	10倍粥、豚肉の煮物、 野菜煮、すまし汁	5倍粥、豚肉の煮物、 野菜煮、すまし汁	軟飯、豚肉の味噌炒め、 ひじき煮、すまし汁
18	水	10倍粥、魚の煮付け、 キャベツの煮浸し、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、 キャベツの煮浸し、すまし汁	ロールパン、カレイのフリッター、 キャベツサラダ、コンソメスープ
19	木	10倍粥、豆腐煮、 ほうれん草の煮浸し、みそ汁	5倍粥、豆腐煮、 ほうれん草の煮浸し、みそ汁	軟飯、豆腐の五目煮、 ほうれん草の炒め物、みそ汁
20	金	10倍粥、鶏肉の旨煮、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉の旨煮、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	軟飯、鶏肉のバーベキューソース、 ブロッコリーサラダ、中華スープ
24	火	10倍粥、豆腐煮、 じゃが芋煮、すまし汁	5倍粥、豆腐煮、 じゃが芋煮、すまし汁	軟飯、厚焼き玉子、 ジャーマンポテト、コンソメスープ
25	水	10倍粥、魚の煮付け、 小松菜の煮浸し、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、 小松菜の煮浸し、すまし汁	軟飯、サワラの香味焼き、 小松菜と卵の炒め物、すまし汁
26	木	10倍粥、鶏肉の煮物、 大根煮、みそ汁	5倍粥、鶏肉の煮物、 大根煮、みそ汁	味噌ラーメン、鶏肉の照り焼き、 大根の中華風サラダ
27	金	10倍粥、豚肉の旨煮、 ブロッコリーの煮浸し、みそ汁	5倍粥、豚肉の旨煮、 ブロッコリーの煮浸し、みそ汁	豚丼、ブロッコリーの胡麻和え、 トマト、みそ汁
30	月	10倍粥、豚肉の煮物、 小松菜の煮浸し、すまし汁	5倍粥、豚肉の煮物、 小松菜の煮浸し、すまし汁	軟飯、豚肉のオイスター炒め、 小松菜とコーンの和え物、中華スープ

\* 食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

\* 個人に合った食材・大きさに刻み提供します。

\* 昼食は果物が付きます。

\* アレルギーのある子には除去・代替食品を使用します。

卵→タンパク質(肉・魚・大豆等) 牛乳を含む献立・菓子類→ミルクノンウエハース・ミルクノンビスケット等

