

2020年 11月の離乳食予定献立表

さくらんぼ保育園

曜日	日	準備期 (5ヵ月)	前期 (6ヵ月)	中期 (7~8ヵ月)	後期 (9~11ヵ月)	午後おやつ
月	2 16 30	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも 玉葱)	おかゆ スープ(玉葱) 人参とさつまいもの煮ひたし カレーのくたくた煮 (2・16日:キャベツ、30日:小松菜)の煮ひたし	・中期食と同じ献立 ・11ヵ月より味をつけていく ・後期食以降のスープは 2種類の野菜で作ります	中期・後期: さつまいもの茶巾
火	3 17	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 じゃがいも かぶ)	おかゆ スープ(玉葱) 人参とじゃがいもの煮ひたし タラのくたくた煮 かぶの煮ひたし	豚ひき肉と玉葱の肉団子	中期・後期: りんごのコンポート
水	4 18	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも 白菜)	おかゆ スープ(白菜) 人参とさつまいもの煮ひたし メルルーサのくたくた煮 玉葱の煮ひたし		中期・後期: おかし
木	5 19	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 じゃがいも 小松菜)	おかゆ スープ(小松菜) 人参とじゃがいもの煮ひたし カレーのくたくた煮 大根の煮ひたし	納豆の煮ひたし	中期・後期: 野菜おじや
金	6 20	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも ブロccoli)	おかゆ スープ(玉葱) 人参とさつまいもの煮ひたし タラのくたくた煮 ブロッコリーの煮ひたし		中期・後期: さつまいもち
土	7 21	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 キャベツ 小松菜)	おじや (人参 キャベツ 小松菜) 豆腐の煮ひたし		中期・後期: おかし
月	9 23	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 じゃがいも 小松菜)	おかゆ スープ(小松菜) 人参とじゃがいもの煮ひたし カレーのくたくた煮 玉葱の煮ひたし 豆腐の煮ひたし		中期・後期: 野菜おじや
火	10 24	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも キャベツ)	おかゆ スープ(キャベツ) 人参とさつまいもの煮ひたし タラのくたくた煮 大根の煮ひたし		中期・後期: りんごとさつまいもの 重ね煮
水	11 25	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 じゃがいも かぶ)	おかゆ スープ(玉葱) 人参とじゃがいもの煮ひたし カレーのくたくた煮 ブロッコリーの煮ひたし	豚ひき肉と玉葱の肉団子	中期・後期: おかし
木	12 26	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 かぼちゃ 小松菜)	おかゆ スープ(かぼちゃ) 人参とさつまいもの煮ひたし メルルーサのくたくた煮 (12日:ブロッコリー、26日:白菜)の煮ひたし		中期・後期: 野菜おじや
金	13 27	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 じゃがいも キャベツ)	おかゆ スープ(キャベツ) 人参とじゃがいもの煮ひたし カレーのくたくた煮 小松菜の煮ひたし		中期・後期: 野菜おやき
土	14 28	野菜スープ おもゆ	野菜スープ つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 玉葱 小松菜)	おじや (人参 玉葱 小松菜) 豆腐の煮ひたし		中期・後期: おかし

*後期食……11ヵ月になったら味付けていきます。

1週目:塩味 2週目:しょうゆ味 3週目:味噌味 4週目:幼児食も少しずつ食べていきます。

*おやつ……中期食は、午後1回です。後期食は、午前と午後の2回です。

