11月離乳食献立表

2026年

柏みどり保育園

日付		後期食 献立名	後期食 材料	中期食 献立名	初期 献立名 ※（）内は材料
02 月	午前	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁	米 ささみ　玉葱　人参　しょうゆ わかめ　玉葱　だし　みそ	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁	おかゆ さつま芋のとろとろ （米　さつま芋）
	午後	チーズがゆ/じゃが芋のそぼろ煮	米　粉チーズ/じゃが芋　鶏ひき肉　しょうゆ	チーズがゆ/じゃが芋のそぼろ煮	
04 水	午前	おかゆ 鶏肉と野菜のトマト煮 スープ	米 鶏ひき肉　人参　玉葱　ケチャップ チンゲン菜　玉葱　昆布　しょうゆ	おかゆ 鶏肉と野菜のトマト煮 スープ	おかゆ 人参のとろとろ （米　人参）
	午後	おかゆ/ツナと野菜の和風煮	米/ツナ　チンゲン菜　人参　しょうゆ	おかゆ/ツナと野菜の和風煮	
05 木	午前	マーボー豆腐風がゆ スープ	米　豆腐　鶏ひき肉　人参　みそ わかめ　玉葱　昆布　しょうゆ	マーボー豆腐風がゆ スープ	おかゆ コーンのとろとろ （米　コーン）
	午後	人参がゆ/しらすとキャベツの煮物	米　人参/しらす　キャベツ　しょうゆ	人参がゆ/しらすとキャベツの煮物	
06 金	午前	おかゆ カレイと野菜の磯煮 みそ汁	米 かれい　玉葱　あおのり キャベツ　えのき　だし　みそ	おかゆ カレイと野菜の磯煮 みそ汁	おかゆ さつま芋のとろとろ （米　さつま芋）
	午後	おかかがゆ/スティックさつま芋	米　かつお節/さつま芋　だし	おかかがゆ/つぶしさつま芋	
07 土	午前	ナポリタン風がゆ スープ	米　鶏ひき肉　人参　玉葱　ピーマン　ケチャップ 玉葱　キャベツ　昆布　しょうゆ	ナポリタン風がゆ スープ	おかゆ じゃが芋のとろとろ （米　じゃが芋）
	午後	おかゆ/じゃが芋の甘煮	米/じゃが芋　しょうゆ　砂糖	おかゆ/じゃが芋の甘煮	
09 月	午前	おかゆ ささみと野菜の煮物 スープ	米 ささみ　人参　しょうゆ えのき　玉葱　昆布　しょうゆ	おかゆ ささみと野菜の煮物 スープ	おかゆ 人参のとろとろ （米　人参）
	午後	おかゆ/ツナと青菜の煮物	米/ツナ　小松菜　人参　塩	おかゆ/ツナと青菜の煮物	
10 火	午前	おかゆ 鮭と野菜のみそ煮 すまし汁	米 鮭　人参　しめじ　みそ えのき　ねぎ　だし　しょうゆ	おかゆ 鮭と野菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ コーンのとろとろ （米　コーン）
	午後	おかゆ/豆腐の煮物	米/豆腐　人参　しょうゆ	おかゆ/豆腐の煮物	
11 水	午前	おかゆ 鶏肉と野菜の和風煮 みそ汁	米 鶏ひき肉　チンゲン菜　人参　しょうゆ 豆腐　あさつき　だし　みそ	おかゆ 鶏肉と野菜の和風煮 みそ汁	おかゆ 人参のとろとろ （米　人参）
	午後	スティック食パン/スティック人参	食パン/人参　だし	パンがゆ/つぶし人参	
12 木	午前	おかゆ ささみと野菜の洋風煮 スープ	米 ささみ　人参　キャベツ　ケチャップ 人参　玉葱　昆布　しょうゆ	おかゆ ささみと野菜の洋風煮 スープ	おかゆ かぼちゃのとろとろ （米　かぼちゃ）
	午後	コーンがゆ/じゃが芋とツナの煮物	米　コーン/じゃが芋　ツナ　しょうゆ	コーンがゆ/じゃが芋とツナの煮物	
13 金	午前	おかゆ 鮭の煮つけ スティック人参 みそ汁	米 鮭　しょうゆ　砂糖 人参　だし 玉葱　キャベツ　だし　みそ	おかゆ 鮭の煮つけ つぶし人参 みそ汁	おかゆ キャベツのとろとろ （米　キャベツ）
	午後	おかゆ/大根のそぼろ煮	米/大根　鶏ひき肉　しょうゆ	おかゆ/大根のそぼろ煮	
14 土	午前	おかゆ すき焼き風煮物 みそ汁	米 豆腐　鶏ひき肉　人参　白菜　しょうゆ えのき　あさつき　だし　みそ	おかゆ すき焼き風煮物 みそ汁	おかゆ さつま芋のとろとろ （米　さつま芋）
	午後	おかゆ/さつま芋の甘煮	米/さつま芋　砂糖	おかゆ/さつま芋の甘煮	
16 月	午前	ブルコギ丼風がゆ スープ	米　鶏ひき肉　玉葱　ピーマン　しょうゆ ねぎ　人参　昆布　しょうゆ	ブルコギ丼風がゆ スープ	おかゆ 人参のとろとろ （米　人参）
	午後	人参がゆ/豆腐のおかか煮	米　人参/豆腐　かつお節　しょうゆ	人参がゆ/豆腐のおかか煮	

日付		後期		中期食	初期
17 火	午前	おかゆ カレイと野菜の煮物 みそ汁	米 かれい　人参　玉葱　しょうゆ キャベツ　えのき　だし　みそ	おかゆ カレイと野菜の煮物 みそ汁	おかゆ コーンのとろとろ （米　コーン）
	午後	そぼろがゆ/しらすとキャベツの煮物	米　鶏ひき肉/しらす　キャベツ　しょうゆ	そぼろがゆ/しらすとキャベツの煮物	
18 水	午前	おかゆ 鶏肉と青菜の煮物 みそ汁	米 ささみ　小松菜　人参　しょうゆ あさつき　大根　だし　みそ	おかゆ 鶏肉と青菜の煮物 みそ汁	おかゆ さつま芋のとろとろ （米　さつま芋）
	午後	さつま芋がゆ/大根の煮物	米　さつま芋/大根　しょうゆ　砂糖	さつま芋がゆ/大根の煮物	
19 木	午前	五目あんかけ風がゆ スープ	米　鶏ひき肉　人参　しめじ　チンゲン菜　しょうゆ わかめ　玉葱　昆布　しょうゆ	五目あんかけ風がゆ スープ	おかゆ 人参のとろとろ （米　人参）
	午後	おかゆ/人参の土佐煮	米/人参　かつお節　しょうゆ	おかゆ/人参の土佐煮	
20 金	午前	おかゆ カレイと野菜のうま煮 みそ汁	米 かれい　人参　えのき　しょうゆ 小松菜　麸　だし　みそ	おかゆ カレイと野菜のうま煮 みそ汁	おかゆ かぼちゃのとろとろ （米　かぼちゃ）
	午後	おかゆ/しらすと人参の煮物	米/しらす　人参　しょうゆ	おかゆ/しらすと人参の煮物	
21 土	午前	ビビンバ丼風がゆ スープ	米　鶏ひき肉　人参　チンゲン菜　みそ ねぎ　チンゲン菜　昆布　しょうゆ	ビビンバ丼風がゆ スープ	おかゆ コーンのとろとろ （米　コーン）
	午後	おかゆ/豆腐の煮物	米/豆腐　人参　しょうゆ	おかゆ/豆腐の煮物	
24 火	午前	おかゆ 鶏肉と野菜の磯煮 みそ汁	米 鶏ひき肉　人参　あおのり　塩 豆腐　あさつき　だし　みそ	おかゆ 鶏肉と野菜の磯煮 みそ汁	おかゆ 人参のとろとろ （米　人参）
	午後	おかゆ/キャベツとツナの煮物	米/キャベツ　ツナ　しょうゆ	おかゆ/キャベツとツナの煮物	
25 水	午前	おかゆ 鶏団子のきのこあんかけ みそ汁	米 鶏ひき肉　パン粉　片栗粉　しめじ　えのき　しょうゆ 小松菜　麸　だし　みそ	おかゆ 鶏団子のきのこあんかけ みそ汁	おかゆ かぼちゃのとろとろ （米　かぼちゃ）
	午後	おかゆ/人参のおかか煮	米/人参　かつお節　しょうゆ	おかゆ/人参のおかか煮	
26 木	午前	おかゆ ささみと野菜の洋風煮 スープ	米 ささみ　玉葱　人参　ケチャップ キャベツ　玉葱　昆布　しょうゆ	おかゆ ささみと野菜の洋風煮 スープ	おかゆ さつま芋のとろとろ （米　さつま芋）
	午後	さつま芋がゆ/スティック人参	米　さつま芋/人参　だし	さつま芋がゆ/つぶし人参	
27 金	午前	おかゆ 鮭と野菜のみそ煮 すまし汁	米 鮭　キャベツ　人参　みそ 玉葱　あさつき　だし　しょうゆ	おかゆ 鮭と野菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ キャベツのとろとろ （米　キャベツ）
	午後	人参がゆ/キャベツとツナの煮物	米　人参/キャベツ　ツナ　しょうゆ	人参がゆ/キャベツとツナの煮物	
28 土	午前	スタミナ丼風がゆ スープ	米　鶏ひき肉　キャベツ　人参　にら　しょうゆ わかめ　玉葱　昆布　しょうゆ	スタミナ丼風がゆ スープ	おかゆ キャベツのとろとろ （米　キャベツ）
	午後	おかゆ/大根の煮物	米/大根　人参　しょうゆ	おかゆ/大根の煮物	
30 月	午前	五目うま煮丼風がゆ みそ汁	米　鶏ひき肉　キャベツ　人参　しょうゆ ほうれん草　麸　だし　みそ	五目うま煮丼風がゆ みそ汁	おかゆ さつま芋のとろとろ （米　さつま芋）
	午後	おかゆ/さつま芋のそぼろ煮	米/さつま芋　鶏ひき肉　しょうゆ	おかゆ/さつま芋のそぼろ煮	

※中期食の材料は後期食と同じです。味付けはなし、またはごく少量で風味付け程度に使用します。

※初期食は午後の食事はありません。