

# 11月 離乳食後期 9~11ヶ月頃

平成25年度

天宗東住吉園



都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食 乳児	3時のおやつ	材 料 名		
					赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
1	金	牛乳 バナナ	5倍粥又軟飯 野菜のそぼろ煮 ほうれん草のおかか和え 味噌汁	牛乳 ふかし芋	鶏ミンチ かつお節 味噌・揚げ 牛乳	玉ねぎ・ねぎ 人参・グリーンピース ほうれん草 わかめ・バナナ	米・さつまい なたね油 三温糖 グラニュー糖
2	土	牛乳 おさつちつぶ	牛乳・ロールパン ポークシチュー ブロッコリーのサラダ 青りんごゼリー	お茶 雪の宿	牛乳 豚肉	人参 ブロッコリー コーン 玉ねぎ	米 なたね油 ビーフシチュールー じゃが芋
5	火	牛乳 たべっこベイビー	5倍粥又軟飯 ささみと野菜の煮物 インゲンとコーンの和え物 すまし汁	牛乳 プリン	チャンポン ささみ 牛乳 揚げ	玉ねぎ・ねぎ インゲン・人参・コーン みつば・のり 生しいたけ・干し椎茸	米・麩 三温糖 プリンミックス メープルシロップ
6	水	牛乳 ウエハース	5倍粥又軟飯 回鍋肉 もやしナムル わかめスープ	牛乳 ごまクッキー	豚肉 赤だし スキムミルク 牛乳	キャベツ・ピーマン きゅうり・人参 玉ねぎ・ねぎ・もやし 生しいたけ・わかめ	米 三温糖・なたね油 ごま油・ごま 小麦粉・有塩バター
7	木	牛乳 ソフトせんべい	5倍粥又軟飯 鶏肉とさつまいのさっぱり煮 青梗菜のツナ和え 味噌汁	牛乳 りんごケーキ	鶏肉・ツナ缶 揚げ・味噌 ヨーグルト・スキムミルク 鶏卵・牛乳	グリーンピース 玉ねぎ・ねぎ 青梗菜 りんご	米 三温糖 小麦粉 有塩バター
8	金	牛乳 こーんりんぐ	焼きそば 具だくさんの味噌汁 バナナ	牛乳 ポテトもち	豚肉 味噌 チーズ 牛乳	人参・ピーマン キャベツ・大根 玉ねぎ・ねぎ わかめ・青のり・バナナ	焼きそば・じゃが芋 なたね油 片栗粉 三温糖
11	月	牛乳 満月ボン	5倍粥又軟飯 牛肉と野菜のトマト煮 アスパラサラダ パイン缶	牛乳 バタークッキー	牛肉 ハム 牛乳 スキムミルク	アスパラ・玉ねぎ 人参・コーン トマトホール缶・ケチャップ マッシュルーム缶・パイン缶	米・小麦粉 なたね油 有塩バター 三温糖
12	火	牛乳 チーズ	5倍粥又軟飯 焼きコロッケ コールスローサラダ コンソメスープ	オレンジジュース ジャムケーキ	合挽きミンチ 牛乳・チーズ スキムミルク 鶏卵	玉ねぎ キャベツ・きゅうり 人参・パセリ マッシュルーム缶・ケチャップ	米・じゃが芋 なたね油・有塩バター パン粉・小麦粉 いちごジャム・三温糖
13	水	牛乳 ごまビスケット	5倍粥又軟飯 さわらの照焼き 白菜の和え物 味噌汁	牛乳 簡単大根もち	さわら 味噌・牛乳 桜えび 牛乳	はくさい 玉ねぎ・ねぎ 大根・コーン 人参	米・麩 三温糖 片栗粉・上新粉 ごま油
14	木	牛乳 マリー	けんちんうどん 小松菜のごま和え オレンジ	お茶 昆布おにぎり	鶏肉 牛乳	大根・人参 ねぎ・小松菜 塩昆布 オレンジ	うどん 三温糖 ごま 里芋
15	金	牛乳 おやさいせんべい	5倍粥又軟飯 麻婆豆腐 春雨の酢の物 中華スープ	牛乳 甘食	豚ミンチ・牛乳 味噌・赤だし・豆腐 鶏卵 かにかま	玉ねぎ・ねぎ 人参・きゅうり にら もやし	米・春雨 なたね油・ごま油 片栗粉・小麦粉 三温糖・有塩バター
16	土	牛乳 おさつちつぶ	牛乳・ロールパン 鶏のマーマレード焼き ポテトサラダ オニオンスープ	お茶 ぼたぼた焼	牛乳 鶏肉	人参 ねぎ きゅうり 玉ねぎ	米 マーマレード じゃが芋
18	月	牛乳 たべっこベイビー	5倍粥又軟飯 豚肉と野菜の煮物 ポークビーンズ メロン	牛乳 キャロットケーキ	豚肉 大豆 スキムミルク・牛乳 鶏卵	ミックスベジタブル 玉ねぎ・人参 ハネジューメロン トマトホール缶・ケチャップ	米・なたね油 有塩バター・マーガリン 三温糖 小麦粉
19	火	牛乳 ウエハース	5倍粥又軟飯 炒り豆腐 ゆかり和え 味噌汁	牛乳 ポテトピザ	揚げ 味噌・豆腐 牛乳 チーズ	人参・玉ねぎ・ねぎ ほうれん草・キャベツ パセリ・干し椎茸 ゆかり・ケチャップ	米・じゃが芋 なたね油 三温糖 片栗粉
20	水	牛乳 かぼちゃちつぶ	5倍粥又軟飯 白身魚の煮付け 小松菜のお浸し かぶのすまし汁	牛乳 マカロニきな粉	たら 鶏卵 牛乳 湯葉・きな粉	小松菜 人参 かぶ しめじ	米 小麦粉 三温糖 マカロニ
21	木	牛乳 ソフトせんべい	5倍粥又軟飯 牛肉の柳川風 ブロッコリーのおかか和え 味噌汁	牛乳 蒸しパン	牛肉・鶏卵 かつお節 味噌 スキムミルク・牛乳	人参・ブロッコリー グリーンピース 大根・玉ねぎ・ねぎ わかめ	米 三温糖 小麦粉 有塩バター
22	金	牛乳 こーんりんぐ	クリームスバゲティ 南瓜のバター焼き オレンジ	お茶 お好み焼き	ベーコン 牛乳 鶏卵 豚ミンチ	玉ねぎ ほうれん草・かぼちゃ キャベツ・しめじ オレンジ・青のり	スバゲティ・長芋 なたね油・有塩バター クリームシチュールー 小麦粉
25	月	牛乳 満月ボン	5倍粥又軟飯 牛肉と野菜のうま煮 チーズサラダ バナナ	牛乳 フルーツヨーグルト	牛肉 ヨーグルト チーズ 牛乳	玉ねぎ・人参 キャベツ・コーン みかん缶 りんご・バナナ	米・じゃが芋 カレールー なたね油 三温糖
26	火	牛乳 チーズ	5倍粥又軟飯 豚肉の生姜焼き ほうれん草のお浸し 味噌汁	牛乳 焼き芋	豚肉 かつお節 揚げ・味噌 牛乳	キャベツ ほうれん草 玉ねぎ・ねぎ 人参	米・麩 三温糖 なたね油 さつまい
27	水	牛乳 マリー	5倍粥又軟飯 高野豆腐と野菜の煮物 サラダ しめじと白菜のスープ	お茶 わかめご飯おにぎり	高野豆腐 ツナ缶 牛乳 チーズ	ミックスベジタブル・人参 きゅうり・はくさい・玉ねぎ パセリ・しめじ ケチャップ・わかめご飯の素	米 なたね油 ごま
28	木	牛乳 たべっこベイビー	味噌煮込みうどん 五目煮 みかん	牛乳 レーズンケーキ	豚肉 味噌・揚げ・大豆 スキムミルク・牛乳 鶏卵	玉ねぎ・ねぎ 大根・人参 干し椎茸 干しぶどう・みかん	うどん 三温糖 小麦粉 有塩バター
29	金	牛乳 おやさいせんべい	5倍粥又軟飯 ホキの煮付け 切干大根と青菜のごま和え すまし汁	牛乳 コロコロチーズ蒸しパン	ホキ 鶏卵 スキムミルク・牛乳 チーズ	人参・小松菜 みつば 切干大根 干し椎茸	米 三温糖 ごま・有塩バター 小麦粉
30	土	牛乳 おさつちつぶ	牛乳・ロールパン ポークチャップ マカロニサラダ チンゲン菜のスープ	お茶 サラダせんべい	牛乳 豚肉	人参・きゅうり ブロッコリー・青梗菜 しめじ トマトホール缶・ケチャップ	米 なたね油 マカロニ

## ☆焼き芋大会

11月26日(火)は焼き芋大会です。

寒い季節が始まりましたが、寒さに負けず元気いっぱいにご過ごして下さい。



# 11月 離乳食完了期 12~18ヶ月頃

平成25年度 天宗東住吉園



都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食 乳児	3時のおやつ	材 料 名		
					赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
1	金	牛乳 バナナ	ご飯 厚焼き卵 ほうれん草のおかか和え 味噌汁	牛乳 ふかし芋	鶏卵・鶏ミンチ かつお節 味噌・揚げ 牛乳	玉ねぎ・ねぎ 人参・グリーンピース ほうれん草 ひじき・わかめ・バナナ	米・さつまい なたね油 三温糖 グラニュー糖
2	土	牛乳 おさつちつぶ	牛乳・ロールパン ポークシチュー ブロッコリーのサラダ 青りんごゼリー	お茶 雪の宿	牛乳 豚肉	人参 ブロッコリー コーン 玉ねぎ	パン なたね油 ビーフシチュールー じゃが芋
5	火	牛乳 たべっこベイビー	木の葉弁 インゲンとコーンの和え物 すまし汁	牛乳 プリン	チャンポン 鶏卵 牛乳 揚げ	玉ねぎ・ねぎ インゲン・人参・コーン みつば・のり 生しいたけ・干し椎茸	米・麩 三温糖 プリンミックス メープルシロップ
6	水	牛乳 ウエハース	ご飯 回鍋肉 もやしナムル わかめスープ	牛乳 ごまクッキー	豚肉 赤だし スキムミルク 牛乳	キャベツ・ピーマン きゅうり・人参 玉ねぎ・ねぎ・もやし 生しいたけ・わかめ	米 三温糖・なたね油 ごま油・ごま 小麦粉・有塩バター
7	木	牛乳 ソフトせんべい	ご飯 鶏肉とさつまいのさっぱり煮 青梗菜のツナ和え 味噌汁	牛乳 りんごケーキ	鶏肉・ツナ缶 揚げ・味噌 ヨーグルト・スキムミルク 鶏卵・牛乳	グリーンピース 玉ねぎ・ねぎ 青梗菜 りんご	米・さつまい 三温糖 小麦粉 有塩バター
8	金	牛乳 こーんりんぐ	焼きそば 具だくさんの味噌汁 バナナ	牛乳 ポテトもち	豚肉 味噌 チーズ 牛乳	人参・ピーマン キャベツ・大根 玉ねぎ・ねぎ わかめ・青のり・バナナ	焼きソバ・じゃが芋 なたね油 片栗粉 三温糖
11	月	牛乳 満月ボン	ハヤシライス アスパラサラダ パイン缶	牛乳 バタークッキー	牛肉 ハム 牛乳 スキムミルク	アスパラ・玉ねぎ 人参・コーン 人参・コーン トマトホール缶・ケチャップ マッシュルーム缶・パイン缶	米・小麦粉 なたね油・ハヤシルー マヨネーズ・有塩バター 三温糖
12	火	牛乳 チーズ	ご飯 焼きコロッケ コールスローサラダ コンソメスープ	オレンジジュース ジャムケーキ	合挽きミンチ 牛乳・チーズ スキムミルク 鶏卵	玉ねぎ キャベツ・きゅうり 人参・パセリ マッシュルーム缶・ケチャップ	米・じゃが芋 なたね油・有塩バター パン粉・小麦粉 いちごジャム・三温糖
13	水	牛乳 ごまビスケット	栗ごはん さわらの照焼き 白菜の和え物 味噌汁	牛乳 簡単大根もち	さわら 味噌・牛乳 桜えび 牛乳	はくさい・人参 玉ねぎ・ねぎ 大根・コーン しょうが・むき栗	米・麩 三温糖 片栗粉・上新粉 ごま油
14	木	牛乳 マリー	けんちんうどん 小松菜のごま和え オレンジ	お茶 昆布おにぎり	鶏肉 牛乳	大根・人参 ねぎ・小松菜 しょうが・ごぼう 塩昆布・オレンジ	うどん 三温糖 ごま 里芋
15	金	牛乳 おやさいせんべい	ご飯 麻婆豆腐 春雨の酢の物 中華スープ	牛乳 甘食	豚ミンチ・牛乳 味噌・赤だし・豆腐 鶏卵 かにかま	玉ねぎ・ねぎ 人参・きゅうり 鶏卵 しょうが・にんにく	米・春雨 なたね油・ごま油・有塩バター 片栗粉・小麦粉 三温糖・はちみつ
16	土	牛乳 おさつちつぶ	牛乳・ロールパン 鶏のマーマレード焼き ポテトサラダ オニオンスープ	お茶 ぼたぼた焼	牛乳 鶏肉	人参 ねぎ きゅうり 玉ねぎ	パン マーマレード マヨネーズ じゃが芋
18	月	牛乳 たべっこベイビー	ピラフ ポークビーンズ メロン	牛乳 キャロットケーキ	むきえび・豚肉 大豆 スキムミルク・牛乳 鶏卵	ミックスベジタブル 玉ねぎ・人参 ハネジューメロン トマトホール缶・ケチャップ	米・なたね油 有塩バター・マーガリン 三温糖 小麦粉
19	火	牛乳 ウエハース	ご飯 炒り豆腐 ゆかり和え 味噌汁	牛乳 ポテトピザ	鶏卵 味噌・豆腐・揚げ 牛乳 チーズ	人参・玉ねぎ・ねぎ ほうれん草・キャベツ パセリ・干し椎茸 ゆかり・ケチャップ	米・じゃが芋 なたね油 三温糖 片栗粉
20	水	牛乳 かぼちゃちつぶ	ご飯 白身魚の煮付け 小松菜のお浸し かぶのすまし汁	牛乳 マカロニきな粉	たら 鶏卵 牛乳 湯葉・きな粉	小松菜 人参 かぶ しめじ	米 小麦粉 三温糖 マカロニ
21	木	牛乳 ソフトせんべい	ご飯 牛肉の柳川風 ブロッコリーのおかか和え 味噌汁	牛乳 蒸しパン	牛肉・鶏卵 かつお節 味噌 スキムミルク・牛乳	人参・ブロッコリー グリーンピース 大根・玉ねぎ・ねぎ ごぼう・わかめ	米 三温糖 小麦粉 有塩バター
22	金	牛乳 こーんりんぐ	クリームスバゲティ 南瓜のバター焼き オレンジ	お茶 お好み焼き	ベーコン 牛乳 鶏卵 豚ミンチ	玉ねぎ ほうれん草・かぼちゃ キャベツ・しめじ オレンジ・青のり	スバゲティ・長芋 なたね油・有塩バター クリームシチュールー 小麦粉
25	月	牛乳 満月ボン	カレーライス チーズサラダ バナナ	牛乳 フルーツヨーグルト	牛肉 ヨーグルト チーズ 牛乳	玉ねぎ・人参 キャベツ・コーン 福神漬・みかん缶 りんご・バナナ	米・じゃが芋 カレールー なたね油 三温糖
26	火	牛乳 チーズ	ご飯 豚肉の生姜焼き ほうれん草のお浸し 味噌汁	牛乳 焼き芋	豚肉 かつお節 揚げ・味噌 牛乳	キャベツ・人参 ほうれん草 玉ねぎ・ねぎ しょうが	米・麩 三温糖 なたね油 さつまい
27	水	牛乳 マリー	ご飯 ツナオムレツ ごぼうサラダ しめじと白菜のスープ	お茶 わかめご飯おにぎり	鶏卵 ツナ缶 牛乳 チーズ	ミックスベジタブル・人参 きゅうり・はくさい・玉ねぎ パセリ・しめじ・ごぼう ケチャップ・わかめご飯の素	米 なたね油 ごま マヨネーズ
28	木	牛乳 たべっこベイビー	味噌煮込みうどん 五目煮 みかん	牛乳 レーズンケーキ	豚肉 味噌・揚げ・大豆 スキムミルク・牛乳 鶏卵	玉ねぎ・ねぎ 大根・人参 干し椎茸 干しぶどう・みかん	うどん・板こんにやく 三温糖 小麦粉 有塩バター
29	金	牛乳 おやさいせんべい	ご飯 ホキの煮付け 切干大根と青菜のごま和え かき玉汁	牛乳 コロコロチーズ蒸しパン	ホキ 鶏卵 スキムミルク・牛乳 チーズ	人参・小松菜 みつば 切干大根 しょうが・干し椎茸	米 三温糖 ごま・有塩バター 小麦粉
30	土	牛乳 おさつちつぶ	牛乳・ロールパン ポークチャップ マカロニサラダ チンゲン菜のスープ	お茶 サラダせんべい	牛乳 豚肉	人参・きゅうり ブロッコリー・青梗菜 しめじ トマトホール缶・ケチャップ	パン なたね油 マヨネーズ マカロニ

## ☆焼き芋大会

11月26日(火)は焼き芋大会です。

寒い季節が始まりましたが、寒さに負けず元気いっぱいにご過ごして下さい。

