



2023年11月 離乳食献立表

社会福祉法人 都島友の会
都島第二乳児保育センター

日曜日	昼食	離乳 中期食
		材料
1	おかゆ 魚と野菜の煮物 すまし汁	米 鰯 人参 ジャガ芋 かつお昆布だし 小松菜 玉葱 かつお昆布だし
2	煮込みうどん さつま芋の煮物 煮浸し	うどん しらす 人参 玉葱 かつお昆布だし さつま芋 かつお昆布だし キャベツ 小松菜 かつお昆布だし
3	文化の日	
4	おじや スープ	米 しらす 人参 玉葱 かつお昆布だし 大根 白菜 かつお昆布だし
6	おかゆ 魚の炒り煮 スープ	米 鰯 大根 人参 かつお昆布だし ほうれん草 わかめ かつお昆布だし
7	里芋がゆ 豆腐のあんかけ すまし汁	米 里芋 豆腐 人参 小松菜 かつお昆布だし 片栗粉 白菜 かつお昆布だし
8	おかゆ 煮魚 ポトフ	米 鰯 かつお昆布だし 玉葱 人参 ジャガ芋 かつお昆布だし
9	おかゆ 魚と野菜の炒り煮 みそ汁	米 白身魚 玉葱 人参 かつお昆布だし 大根 人参 かつお昆布だし
10	おかゆ 魚と野菜のおかか煮 スープ	米 人参 胡瓜 鰯 かつお節 かつお昆布だし ほうれん草 玉葱 かつお昆布だし
11	おじや スープ	米 鰯 人参 玉葱 かつお昆布だし キャベツ ほうれん草 かつお昆布だし
13	おかゆ 豆腐のみぞれあん すまし汁	米 豆腐 大根 人参 かつお昆布だし 片栗粉 ほうれん草 胡瓜 かつお昆布だし
14	おかゆ 大豆のトロみ煮 スープ	米 大豆 人参 白菜 かつお昆布だし 片栗粉 玉葱 ブロッコリー かつお昆布だし
15	おかゆ 野菜の豆乳煮 スープ	米 さつま芋 人参 ブロッコリー 豆乳 かつお昆布だし キャベツ ほうれん草 かつお昆布だし
16	おかゆ 豆腐の炒り煮 すまし汁	米 豆腐 ほうれん草 人参 かつお昆布だし キャベツ ジャガ芋 かつお昆布だし
17	おかゆ 高野豆腐のあんかけ すまし汁	米 高野豆腐 キャベツ 人参 かつお昆布だし 片栗粉 南瓜 青梗菜 かつお昆布だし
18	おじや スープ	米 しらす 白菜 玉葱 かつお昆布だし 大根 人参 かつお昆布だし
20	おかゆ 野菜のしらす煮 スープ	米 キャベツ 人参 しらす かつお昆布だし 玉葱 青梗菜 かつお昆布だし
21	おかゆ 高野豆腐のトロみ煮 すまし汁	米 高野豆腐 人参 大根 かつお昆布だし 片栗粉 さつま芋 わかめ かつお昆布だし
22	おかゆ 魚の豆乳仕立て スープ	米 キャベツ 鰯 人参 豆乳 かつお昆布だし ブロッコリー 玉葱 かつお昆布だし
23	勤労感謝の日	
24	おかゆ 野菜のしらすあん すまし汁	米 人参 玉葱 小松菜 しらす かつお昆布だし 白菜 ジャガ芋 かつお昆布だし
25	おじや スープ	米 キャベツ 鰯 かつお昆布だし 人参 大根 かつお昆布だし
27	おかゆ 大豆と野菜のあんかけ すまし汁	米 大豆 人参 小松菜 かつお昆布だし 片栗粉 大根 豆腐 かつお昆布だし
28	おかゆ 野菜のトマト仕立て スープ	米 白身魚 トマト 玉葱 人参 かつお昆布だし かぶ かつお昆布だし
29	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 すまし汁	米 豆腐 白菜 人参 かつお昆布だし 小松菜 玉葱 かつお昆布だし
30	煮込みうどん 南瓜の煮物 煮浸し	うどん 人参 青梗菜 大根 しらす かつお昆布だし 南瓜 かつお昆布だし 白菜 胡瓜 かつお昆布だし

まだまだ秋の味覚がおいしい季節ですね。
今月のメニューにも、柿やりんご、さつま芋などの旬の野菜を多く取り入れています。
おいしい新米と秋の味覚を食べて、体調管理に注意しましょう！！

給食では、卵を含まないマヨネーズタイプの調味料を使用しています。



メディッシュフードサービス
管理栄養士 作成