令和7年11月

離 乳 食 献 立 表 後期(9か月から11か月頃) 足立区教育委員会子ども家庭部

日	曜	午前食+ミルク(10時~11時)	食材			その他	
	日	午後食+ミルク(2時半~3時頃)	血や肉を作るもの (赤)	熱や力となるもの黄	体の調子をよくするもの (緑)	調味料等	
10		5倍粥		*			
	_	鶏肉と野菜のごま煮	鶏肉	片栗粉.三温糖.白ごま	青菜.人参	醤油.かつお節	
	月	<u>白菜スープ 果物</u> 卵ぞうすい	愛角 はロ/はロ-井〉	1/4		醤油.かつお節	
		野菜煮	鶏卵(卵黄)	米 片栗粉	玉葱 青菜.人参.白菜	かつお節 醤油.かつお節	
		5倍粥		光 米	月末.八岁.口未	西加.70. 203 即	
		魚の野菜煮	魚	片栗粉	+ _* ^*y.胡瓜.人参	醤油.かつお節	
11 25		みそ汁果物				かつお節	
25		人参ぞうすい		米	人参	かつお節	
		鶏肉とさつま芋の煮物	鶏肉	さつま芋.片栗粉.白砂糖	玉葱	醤油.かつお節	
	水	みそ煮込みうどん	豚肉.みそ	干しうどん.片栗粉	キャペツ.玉葱	かつお節	
12		じゃが芋と人参の煮物果物		じゃが芋.片栗粉.白砂糖		醤油.かつお節	
26		グリーンピースぞうすい	n= +	米 	グリーンピース冷.葱	かつお節	
		豚肉の野菜煮 5倍粥	豚肉	片栗粉 米	人参.葱.もやし	醤油.かつお節	
		豆腐と野菜のおかか煮	豆腐.糸けずり節	木 片栗粉	キャベツ.人参	醤油.かつお節	
13	*	清汁 果物	立属・ボリック即	玉ふ	· ·	醤油.かつお節	
27	* *	トースト		バター.食パン		四/四.73 2 83 四7	
		豚肉とわかめのスープ	わかめ.豚肉	片栗粉	++^^'y.人参	醤油.かつお節	
		トースト		パター.食パン			
		野菜の鶏そぼろ煮	鶏肉	じゃが芋.片栗粉.三温糖	胡瓜.人参	醤油.かつお節	
14 28	金	玉ねぎのスープ 果物			青菜.玉葱 果物	醤油.かつお節	
		青菜ぞうすい		米	青菜	かつお節	
		高野豆腐の野菜煮	高野豆腐	片栗粉.白砂糖	胡瓜.玉葱.人参	醤油.かつお節	
		5倍粥		米 !! = ***	10 m 1 h #	NOT NO. 1 AND PART	
1 15		豆腐と野菜の煮物	豆腐	片栗粉.白砂糖	胡瓜.人参.葱	醤油.かつお節	
29		みそ汁 果物 鶏そぼろぞうすい	鶏肉	 米	青菜.玉葱 果物	かつお節かつお節	
		野菜のやわらか煮	N (N	片栗粉	青菜.人参.もやし	醤油.かつお節	
		5倍粥		米	FX.779.010	四/山./3 2 8 3 以	
		豚肉と野菜のトマト煮	豚肉	片栗粉	キャヘッル玉葱.人参.トマトピューレ	醤油.かつお節	
17	月	清汁果物			青菜.葱 果物	醤油.かつお節	
		ねぎぞうすい		*	葱	かつお節	
		小松菜と豚肉の煮物	豚肉	じゃが芋.片栗粉	人参.小松菜	醤油.かつお節	
		5倍粥		米			
4	١.,.	魚と野菜のおかか煮	魚.糸けずり節	片栗粉	キャベツ.人参	醤油かつお節	
18	火	みそ汁 果物トースト	みそ	バター.無塩食パン	大根.葱 果物	かつお節	
		肉野菜スープ	豚肉	ハラー・無温良ハン 片栗粉	キャベツ.人参.もやし	醤油.かつお節	
		煮込みうどん	וא אמו	干しうどん	玉葱.葉葱	醤油かつお節	
5		かぶのそぼろ煮果物	鶏肉	片栗粉		醤油.かつお節	
19	水	きな粉粥5倍	きな粉	米			
		鶏団子の野菜煮	鶏肉	片栗粉	玉葱.人参.葉葱	醤油.かつお節	
		5倍粥		*			
6	木	豆腐と野菜のやわらか煮	豆腐	片栗粉	人参.葱.白菜	醤油.かつお節	
20		小松菜のみそ汁果物			玉葱.小松菜 果物	かつお節	
		青のりぞうすい	青のり	米 !! = ***	+ + - 4	かつお節	
		かぼちゃのそぼろ煮 トースト	鶏肉	片栗粉.白砂糖	南瓜.玉葱.人参	醤油.かつお節	
	金	大豆と野菜の煮物	大豆水煮缶	バター.食パン 片栗粉.白砂糖	胡瓜.玉葱	醤油.かつお節	
7		野菜スープ果物	ハエ小温山	ハボかロ炒幅		醤油.かつお節	
21		さつま芋ぞうすい		 米.さつま芋	スパパッ 木物	かつお節	
		豚肉と野菜の煮物	豚肉	片栗粉	玉葱.人参	醤油かつお節	
		5倍粥		*			
8 22		野菜と豆腐の煮物	豆腐	片栗粉	青菜.人参	醤油.かつお節	
		みそ汁 果物	みそ		南瓜.玉葱 果物	かつお節	
		玉ねぎぞうすい		*	玉葱	かつお節	
		豚肉と野菜のやわらか煮	豚肉	片栗粉	青菜.人参.もやし	醤油.かつお節	

今月の平均栄養価 エネルギー: 432 kcal たんぱく質: 14.7g 脂質: 13.1g 〇今月の使用予定果物: みかん・バナナ・オレンジ(入荷状況等により日々の使用果物を決定します)

〇献立(食材)は、園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。献立が変更になった場合は、お知らせします。

令和7年11月 離 乳 食 献 立 表 中期(7,8か月頃) 足立区教育委員会子ども家庭部

В	曜	午前食+ミルク(10時~11時)		食	材	その他
	ш	午後食+ミルク(2時半~3時頃)	血や肉を作るもの (赤)	熱や力となるもの黄	体の調子をよくするもの (緑)	調味料等
		7倍粥		米		
	_	鶏肉と野菜のごま煮	鶏肉	片栗粉.三温糖.白ごま	青菜.人参	醤油.かつお節
10	月	白菜スープ果物				醤油.かつお節
		卵ぞうすい	鶏卵(卵黄)	米	玉葱	かつお節
		野菜煮		片栗粉	青菜.人参.白菜	醤油.かつお節
		7倍粥	_	米		
11 25	.1.	魚の野菜煮	魚	片栗粉	キャベツ.胡瓜.人参	醤油かつお節
	火	みそ汁 果物	みそ			かつお節
		人参ぞうすい	50 ch	*	人参	かつお節
	<u> </u>	鶏肉とさつま芋の煮物	鶏肉	さつま芋.片栗粉.白砂糖	玉葱 キャベツ.玉葱	醤油.かつお節
4.0	水	みそ煮込みうどん じゃが芋と人参の煮物 果物	豚肉.みそ	干しうどん.片栗粉 じゃが芋.片栗粉.白砂糖	· · · — · - ·	かつお節 醤油.かつお節
12 26		グリーンピースぞうすい			グラース冷.葱	
20		豚肉の野菜煮	豚肉	米 片栗粉	人参.葱.もやし	かつお節 醤油.かつお節
		7倍粥	豚肉	米	人参.忽.もやし	茜油.かつの即
		フロック フロック ファック ファック	豆腐.糸けずり節	个 片栗粉	キャベツ.人参	醤油.かつお節
13	木	清汁 果物	立腐.ボリッツ即	玉ふ	· ·	醤油.かつお節
27	~	パン粥	粉ミルク	食パン	玉恕	茜油.かつの即
		バンw 豚肉とわかめのスープ		片栗粉	+ a* w 4	醤油.かつお節
		パン粥	わかめ.豚肉 粉ミルク	食パン	‡ャベツ.人参	茜油.かつの即
		野菜の鶏そぼろ煮	鶏肉	じゃが芋.片栗粉.三温糖	胡瓜.人参	醤油.かつお節
14	金	玉ねぎのスープ 果物	為內	しやが子、月末初、二価格		醤油.かつお節
28		素被さのペーク		*	青菜	かつお節
		高野豆腐の野菜煮	高野豆腐	木 片栗粉.白砂糖	胡瓜.玉葱.人参	醤油.かつお節
		7倍粥	同野立勝	大木切·口砂帽 米	明瓜.玉忽.入多	西川かっの即
_		豆腐と野菜の煮物	豆腐	个 片栗粉.白砂糖	胡瓜.人参.葱	醤油.かつお節
1 15	±	みそ汁果物	***	万未切.口珍惦		かつお節
29		かてパー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	鶏肉	*	京来・王心 未代	かつお節
		野菜のやわらか煮	為內	个 片栗粉	高 青菜.人参.もやし	醤油.かつお節
		7倍粥		光 米	月来.八参.でじ	西川かっつの町
		豚肉と野菜のトマト煮	豚肉	片栗粉	キャベツ.玉葱.人参.トマトピューレ	醤油.かつお節
17	月	清汁果物	134 PA	71 * 10		醤油かつお節
.,	<i>"</i>	ねぎぞうすい		米		かつお節
		小松菜と豚肉の煮物	豚肉	で じゃが芋.片栗粉	人参.小松菜	醤油.かつお節
		7倍粥	ניזימו	米	N D I TAK	四/四.73 200周3
	火	魚と野菜のおかか煮	魚.糸けずり節	片栗粉	+ _* ^*y.人参	醤油.かつお節
4		みそ汁果物		71.470	· ·	かつお節
18		パン粥	粉ミルク	無塩食パン	大阪	75 200 Д1
		肉野菜スープ	豚肉	片栗粉	キャベツ.人参.もやし	醤油.かつお節
		煮込みうどん	1954-3	干しうどん	玉葱.葉葱	醤油.かつお節
5		かぶのそぼろ煮果物	鶏肉	片栗粉		醤油.かつお節
19	水	きな粉粥7倍	きな粉	*	N 13.77 5	E 7 E 100 E 100 E 1
		鶏肉の野菜煮	鶏肉	片栗粉	玉葱.人参.葉葱	醤油.かつお節
		7倍粥	Any P 3	*	1.0.779.78.18	E 7E 70 E 00 E 1
		豆腐と野菜のやわらか煮	豆腐	片栗粉	人参.葱.白菜	醤油.かつお節
6	木	小松菜のみそ汁果物				かつお節
20		青のりぞうすい	青のり	米		かつお節
		かぼちゃのそぼろ煮	鶏肉	片栗粉.白砂糖	南瓜.玉葱.人参	醤油.かつお節
		パン粥	粉ミルク	食パン	-	
_	金	大豆と野菜の煮物	大豆水煮缶	片栗粉.白砂糖	胡瓜.玉葱	醤油.かつお節
7 21		野菜スープ果物	ĺ			醤油.かつお節
۱ ۲		さつま芋ぞうすい		米.さつま芋		かつお節
		豚肉と野菜の煮物	豚肉	片栗粉	玉葱.人参	醤油.かつお節
	±	7倍粥		*	-	
		野菜と豆腐の煮物	豆腐	片栗粉	青菜.人参	醤油.かつお節
_ !						かつお節
8	±	みそ汁 果物	みて		用瓜.玉芯 未初	かっの別
8 22	±	みそ汁 果物 玉ねぎぞうすい	みそ	*************************************	玉葱	かつお節

〇今月の使用予定果物:みかん・バナナ・オレンジ(入荷状況等により日々の使用果物を決定します)

〇献立(食材)は、園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。献立が変更になった場合は、お知らせします。

令和7年11月 離 乳 食 献 立 表 初期(5,6か月頃) R立区教育委員会子ども家庭部

B	曜	午前食+ミルク (10時~11時)	食材				2時30分
	日		血や肉を作るもの 赤	熱や力となるもの黄	体の調子をよくするもの 緑	調味料等	~3時頃
10	月	10倍粥 野菜ペースト 白菜スープ		米 片栗粉	青菜.人参 玉葱.白菜	かつお節 かつお節	ミルク
11 25	火	10倍粥 魚の野菜ペースト 清汁	魚	米 片栗粉	キャベツ.胡瓜.人参 大根.葉葱	かつお節 かつお節	ミルク
12 26	水	煮込みうどん じゃが芋と人参のペースト		干しうどん.片栗粉 じゃが芋.片栗粉	キャヘ [*] ツ.玉葱 人参	かつお節 かつお節	ミルク
13 27	木	10倍粥 豆腐と野菜のおかかペースト 清汁	豆腐.糸けずり節	米 片栗粉 玉ふ	キャペツ.人参 玉葱	かつお節かつお節	ミルク
14 28	金	パン粥 野菜ペースト 玉ねぎのスープ	粉ミルク	食パン じゃが芋.片栗粉	胡瓜.人参 青菜.玉葱	かつお節かつお節	ミルク
1 15 29	±	10倍粥 豆腐と野菜のペースト 清汁	豆腐	米 片栗粉	胡瓜.人参.葱 青菜.玉葱	かつお節かつお節	ミルク
17	月	10倍粥 野菜のトマトペースト 清汁		米 片栗粉	キャヘ'ツ.玉葱.人参.トマトピューレ 青菜.葱	かつお節 かつお節	ミルク
4 18	火	10倍粥 魚と野菜のおかかペースト 清汁	魚.糸けずり節	米 片栗粉	キャ ^{ヘ'} ツ.人参 大根.葱	かつお節 かつお節	ミルク
5 19	水	煮込みうどん かぶのペースト		干しうどん 片栗粉	玉葱.葉葱 かぶ.人参	かつお節 かつお節	ミルク
6 20	木	10倍粥 豆腐と野菜のペースト 小松菜の清汁	豆腐	米 片栗粉	人参·葱·白菜 玉葱·小松菜	かつお節 かつお節	ミルク
7 21	金	パン粥 大豆と野菜のペースト 野菜スープ	粉ミルク 大豆水煮缶	食パン 片栗粉	胡瓜.玉葱 大根.人参	かつお節 かつお節	ミルク
8 22	±	10倍粥 野菜と豆腐のペースト 清汁	豆腐	米 片栗粉	青菜.人参 南瓜.玉葱	かつお節かつお節	ミルク

〇献立(食材)は、園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。献立が変更になった場合は、お知らせします。