



11月の離乳食献立表 さくら保育園

園長印

離乳食だより



取り分け離乳食のポイント

- ☆ 月齢に応じ乳幼児が食べられる食品を使う
- ☆ 取り分けた後、簡単に離乳食に展開できる食材や調理法を選ぶ
- ☆ 薄味に仕上げるため、大人用の味付けをする前に取り分ける
- ☆ 材料のかたさ、大きさを、乳幼児の成長や発達段階に合わせたものにする
- ☆ 取り分けた後、刻む、つぶす、とろみをつける、汁気を多くするなど乳幼児が食べやすい調理を心がける

日	曜	主食	副食(中期)7~8ヶ月ごろ モグモグ期/舌でつぶせるかたさ		副食(後期)9~11ヶ月ごろ カミカミ期/歯茎でつぶせるかたさ	
1	木	おかゆ	豆腐のくず煮	つぶしバナナ	豆腐のくず煮	つぶしバナナ
2	金	おかゆ	白身魚のおろし煮	みそスープ	白身魚のおろし煮	みそスープ
5	月	おかゆ	鶏肉のスープ煮	野菜スープ	鶏肉のスープ煮	野菜スープ
6	火	おかゆ	白身魚のくず煮	煮りんご	白身魚のくず煮	煮りんご
7	水	おかゆ	鶏肉の肉じゃが	けんちんスープ	鶏肉の肉じゃが	けんちんスープ
8	木	おかゆ	白身魚のくず煮	煮びたし	白身魚のくず煮	煮びたし
9	金	おかゆ	麩のくず煮	煮りんご	麩のくず煮	煮りんご
12	月	おかゆ	鶏肉のそぼろ煮	さつまいもの重ね煮	鶏肉のそぼろ煮	さつまいもの重ね煮
13	火	おかゆ	鶏肉のみそ煮	すまし汁	鶏肉のみそ煮	すまし汁
14	水	おかゆ	麩のくず煮	つぶしバナナ	麩のくず煮	つぶしバナナ
15	木	おかゆ	豆腐のみそ煮	野菜スープ	豆腐のみそ煮	野菜スープ
16	金	おかゆ	鶏肉のそぼろ煮	みそスープ	鶏肉のそぼろ煮	みそスープ
19	月	おかゆ	白身魚のみそ煮	煮びたし	白身魚のみそ煮	煮びたし
20	火	おかゆ	鶏肉のスープ煮	野菜スープ	鶏肉のスープ煮	野菜スープ
21	水	おかゆ	鶏肉のそぼろ煮	煮りんご	鶏肉のそぼろ煮	煮りんご
22	木	おかゆ	白身魚のみそ煮	煮びたし	白身魚のみそ煮	煮びたし
26	月	おかゆ	白身魚のあけぼの煮	すまし汁	白身魚のあけぼの煮	すまし汁
27	火	おかゆ	鶏肉のそぼろ煮	野菜スープ	鶏肉のそぼろ煮	野菜スープ
28	水	おかゆ	白身魚のスープ煮	つぶしバナナ	白身魚のスープ煮	つぶしバナナ
29	木	おかゆ	豆腐のくず煮	みそスープ	豆腐のくず煮	みそスープ
30	金	おかゆ	さつま芋のそぼろあんかけ	煮びたし	さつま芋のそぼろあんかけ	煮びたし

※仕入れ状況に状況によりメニューが変わることがあります。ご了承下さい。