



令和5年
11月

予定献立表

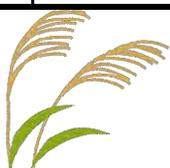


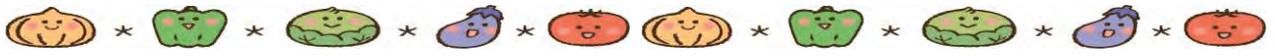
可愛保育園
日清医療食品(株)

日	曜日	こんだて	<あか>	<きいろ>	<みどり>	おやつ	
			血や肉をつくる	熱や力になる	体の調子を整える		
1日	水	しそご飯 ささみのピカタ オクラのおかか和え かみかみごぼう 玉ねぎのみそ汁 果物	鶏ささみ 卵 糸カツオ わかめ みそ 牛乳 きな粉	米 押麦 小麦粉 油 ごま 砂糖 片栗粉 パン	オクラ ごぼう 人参 玉ねぎ しめじ にんにく 果物	牛乳 きなこクリームサンド	
2日	木	肉うどん もずくのかき揚げ 青菜の白和え 果物	牛肉 かまぼこ もずく しらす 卵 豆腐 ツナ 牛乳 油揚げ	うどん 片栗粉 砂糖 小麦粉 油 ごま 米	ねぎ 生姜 玉ねぎ 人参 からし菜 果物 ほうれん草	麦茶 油みそおにぎり	
3日	金	文化の日					
4日	土	ガバオライス 青菜のごま和え ビーフンスープ 果物缶	豚ミンチ 豚肉 牛乳	米 油 砂糖 ごま ビーフン ごま油 蒸しパン	玉ねぎ パプリカ ピーマン えのき にんにく ほうれん草 コーン 人参 椎茸 長ネギ 果物缶	牛乳 蒸しパン	
6日	月	麦ご飯 チンジャオロース 豆腐シューマイ 卵の中華スープ 果物	豚肉 豆腐シューマイ 卵 牛乳 チーズ	米 押麦 片栗粉 じゃが芋 油 砂糖 ごま油 さつま芋	ピーマン 人参 大根の葉 コーン 果物	牛乳 さつまポテトフライ	
7日	火	ロールパン マカロニグラタン ブロッコリーごま和え 牛肉スープ 果物	鶏肉 牛乳 生クリーム チーズ ひじき 牛肉 卵 枝豆 昆布	ロールパン マカロニ 小麦粉 バター ごま 砂糖 米 押麦	人参 玉ねぎ グリーンピース しめじ ブロッコリー パプリカ コーン 大根 えのき ねぎ にんにく 生姜 果物	麦茶 昆布おにぎり	
8日	水	玄米ご飯 レバーのゴマソース 野菜炒め じゃが芋のみそ汁 フルーツヨーグルト	豚レバー ちくわ みそ 油揚げ ヨーグルト 牛乳 きな粉	米 玄米 油 砂糖 ごま 片栗粉 じゃが芋 かつ粉 黒糖	ほうれん草 人参 しめじ 玉ねぎ 生姜 大根の葉 果物缶	牛乳 くずもち	
9日	木	あわご飯 鮭のもみじ焼き 筑前煮 そうめん汁 果物	鮭 鶏肉 卵 生クリーム クリームチーズ 牛乳	米 もちきび マヨネーズ そうめん 小麦粉 砂糖 さつま芋 クラッカー	人参 大根 たけのこ 椎茸 絹さや ねぎ 果物	豆乳ココア 焼きチーズケーキ	
10日	金	秋の遠足					牛乳 揚げパン
11日	土	麻婆丼 ナムル コーンスープ 杏仁フルーツ	豆腐 豚ミンチ みそ ちくわ 牛乳	米 ごま油 砂糖 片栗粉 ごま 杏仁豆腐 カステラ	人参 玉ねぎ 椎茸 たけのこ 生姜 にんにく もやし コーン きゅうり パプリカ ほうれん草 果物		
13日	月	麦ご飯 白身魚のケチャップあん ゆでブロッコリー パパイヤリチー さつま芋のみそ汁 果物	白身魚 ツナ みそ 牛乳	米 押麦 片栗粉 油 マヨネーズ さつま芋 小麦粉 黒糖	ブロッコリー 生姜 パパイヤ 人参 たら 玉ねぎ 大根の葉 果物	牛乳 黒糖アガラサー	
14日	火	野菜そば もずく酢 ごまじゃが 果物	豚肉 もずく 鮭 わかめ 牛乳	沖繩そば 油 ごま じゃが芋 砂糖 米	キャベツ 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 ねぎ きゅうり 果物	麦茶 鮭とワカメのおにぎり	
15日	水	☆七五三お祝い膳☆ 祝寿司 ハンバーグ フライドポテト お花魁のすまし汁 フルーツ盛り	卵 のり ハンバーグ 豆腐 牛乳	米 砂糖 じゃが芋 油 花魁 ケーキミックス	人参 椎茸 れんこん 絹さや 大根 みつば 果物	牛乳 サーターアングギー	
16日	木	玄米ご飯 さばのカレー揚げ クレープリチー かぼちゃのみそ汁 果物	さば 昆布 豚肉 みそ 牛乳	米 玄米 小麦粉 油 カレー粉 糸こんにゃく 食パン バター 砂糖	生姜 切干大根 人参 南瓜 玉ねぎ 大根の葉 果物缶	牛乳 ジャムサンド	
17日	金	あわご飯 スパニッシュオムレツ 青菜のソテー クリームスープ 果物	卵 牛乳 ハム チーズ 枝豆 鶏肉 さつま揚げ 牛乳	米 もちきび じゃが芋 バター 油 小麦粉 紅芋粉 ラード 砂糖	トマト ほうれん草 人参 えのき 白菜 玉ねぎ マッシュルーム 果物	牛乳 紅芋ちんすこう	
18日	土	チャーハン 春雨の中華和え わかめスープ 果物	ウインナー ささみ 豆腐 ワカメ 牛乳	米 油 春雨 ごま油 砂糖 ごま クラッカー ジャム ココア	人参 玉ねぎ ピーマン きゅうり パプリカ コーン 果物	牛乳 クラッカーサンド	
20日	月	ドライカレー ひじきと枝豆のサラダ 卵とオクラのスープ 果物	合い挽きミンチ 牛乳 豚レバー 大豆 ひじき 枝豆 卵 ヨーグルト	米 押麦 カレー粉 油 砂糖 ごまドレッシング 小麦粉 バター	人参 玉ねぎ ピーマン にんにく えのき マッシュルーム コーン パプリカ れんこん オクラ 果物	ヤクルト バナナケーキ	
21日	火	玄米ご飯 魚の西京焼き かぼちゃのごままぶし キャベツ炒め けんちん汁 果物	白身魚 みそ 豚肉 ウインナー 牛乳	米 玄米 油 砂糖 ごま 里芋 さつま芋	長ネギ 生姜 南瓜 キャベツ 玉ねぎ 人参 大根 椎茸 大根の葉 果物	牛乳 大学芋	
22日	水	★お誕生日会★ コーンライス チキンナゲット 春雨サラダ ミネストローネ 果物	ハム 鶏ミンチ 豆腐 ツナ ウインナー	米 押麦 バター 油 パン粉 春雨 砂糖 マカロニ ケーキ	コーン 玉ねぎ きゅうり パプリカ キャベツ 人参 トマト 果物	ジュース お誕生日ケーキ	
23日	木	勤労感謝の日					
24日	金	黒米ご飯 さばの塩焼き 南瓜のそぼろ煮 豚汁 果物	さば 鶏ミンチ 豚肉 卵 豚レバー みそ ハム 牛乳 チーズ	米 黒米 油 砂糖 片 栗粉 ケーキミックス ヨネーズ	生姜 人参 いんげん 南瓜 大根 長ねぎ ごぼう 玉ねぎ 果物	麦茶 ゆかりおにぎり	
25日	土	プルコギ 鶏肉ときゅうりのごま和え ゆし豆腐汁 果物	牛肉 ささみ ゆし豆腐 牛乳	米 小麦粉 ごま油 砂糖 春雨 ごま ソフトぼうろ	玉ねぎ 人参 チンゲン菜 きゅうり レタス にんにく トマト 生姜 ねぎ 果物	牛乳 ソフトぼうろ	
27日	月	あわご飯 チキン南蛮 果物 からし菜チャンプルー 大根のみそ汁	鶏肉 卵 豆腐 ツナ 油揚げ みそ しらす 青さのり 牛乳	米 もちきび 小麦粉 油 砂糖 マヨネーズ	玉ねぎ パプリカ からし菜 人参 大根 しめじ ねぎ パセリ キャベツ 果物	牛乳 お好み焼き	
28日	火	タコライス コロッケ 青菜のスープ ヨーグルト(きな粉かけ)	合い挽きミンチ チーズ 豚肉 卵 牛乳 ヨーグルト	米 押麦 砂糖 油 カレー粉 コロッケ ごま ごま油 小麦粉 黒糖 ケーキミックス バター	玉ねぎ 人参 にんにく レタス トマト ほうれん草 長ねぎ 果物	牛乳 くんぺん	
29日	水	あわご飯 焼肉 マカロニサラダ きのこのみそ汁 果物	牛肉 卵 みそ チーズ ウインナー 牛乳	米 もちきび 片栗粉 砂糖 ごま油 マカロニ マヨネーズ 食パン バター	玉ねぎ キャベツ 人参 ピーマン にんにく 生姜 パプリカ きゅうり えのき しめじ 椎茸 大根の葉 果物	牛乳 ココアショートブレッド	
30日	木	麦ご飯 魚のチーズパン粉焼き 人参しりしり なすのみそ汁 果物	白身魚 チーズ 卵 油揚げ みそ フィッシュソー セージ 牛乳	米 押麦 パン粉 油 マヨ ネーズ ケーキミックス	人参 玉ねぎ たら なす ねぎ キャベツ 果物	牛乳 アメリカンドッグ	

☆献立は材料、その他の都合により変更することがあります。

☆アレルギー対応食は医師の診断書に基づき実施しています。





離乳食献立表<その1>

令和5年 可愛保育園 (日清医療食品)



回食 月齢	昼食			おやつ 中期・後期 7~11ヶ月頃
	初期 5・6ヶ月頃(開始後一ヶ月間)	中期 7・8ヶ月	後期 9・10・11ヶ月	
固さの 目安	トロトロ ⇒ ベタベタ ヨーグルト状	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(荒みじん切り)	
1	10倍粥 さつま芋ペースト すまし汁	7倍粥 ささみと玉ねぎのつぶし煮 オクラと人参のつぶし煮 さつま芋のすまし汁 果物	全粥 ささみと玉ねぎの柔らか煮 オクラと人参の柔らか煮 さつま芋のみそ汁 果物	野菜おじや
水	(主な材料)米 ささみ 玉ねぎ オクラ 人参 さつま芋 果物			白身魚 わかめ 大根
2	10倍粥 豆腐ペースト すまし汁	7倍粥 豆腐と人参のつぶし煮 青菜と玉ねぎのつぶし煮 もずくのすまし汁 果物	全粥 豆腐と人参の柔らか煮 青菜と玉ねぎの柔らか煮 もずくのすまし汁 果物	野菜おじや
木	(主な材料)米 豆腐 人参 小松菜 玉ねぎ もずく 果物			しらす ほうれん草 じゃが芋
3	文化の日(公休日)			
金				
4	10倍粥 人参と青菜ペースト すまし汁	7倍粥 ささみと青菜のつぶし煮 人参と玉ねぎのつぶし煮 アーサ汁 果物	全粥 ささみと青菜の柔らか煮 人参と玉ねぎの柔らか煮 アーサ汁 果物	バナナとりんご煮
土	(主な材料)米 ささみ ほうれん草 人参 玉ねぎ あおさ 果物			バナナ りんご
6	10倍粥 じゃが芋ペースト すまし汁	7倍粥 白身魚とオクラのつぶし煮 人参と冬瓜のつぶし煮 じゃが芋のすまし汁 果物	全粥 白身魚とオクラの柔らか煮 人参と冬瓜の柔らか煮 じゃが芋のすまし汁 果物	野菜おじや
月	(主な材料)米 白身魚 オクラ 冬瓜 人参 じゃが芋 果物			鶏ミンチ 玉ねぎ 小松菜
7	10倍粥 トマトと青菜のペースト すまし汁	7倍粥 ささみと青菜のつぶし煮 ブロッコリーとひじきのつぶし煮 トマトのスープ 果物	全粥 ささみと青菜の柔らか煮 ブロッコリーとひじきの柔らか煮 トマトのスープ 果物	野菜おじや
火	(主な材料)米 ささみ チンゲン菜 ブロッコリー ひじき トマト 果物			しらす 人参 キャベツ
8	10倍粥 白菜と人参ペースト すまし汁	7倍粥 鶏レバーと南瓜のつぶし煮 白菜と人参のつぶし煮 青菜のすまし汁 果物	全粥 鶏レバーと南瓜の柔らか煮 白菜と人参の柔らか煮 青菜のみそ汁 果物	野菜おじや
水	(主な材料)米 鶏レバー 南瓜 白菜 人参 ほうれん草 果物			白身魚 じゃが芋 玉ねぎ 青さのり
9	10倍粥 大根と青菜ペースト すまし汁	7倍粥 鮭と玉ねぎのつぶし煮 大根と青菜のつぶし煮 さつま芋のすまし汁 果物	全粥 鮭と玉ねぎの柔らか煮 大根と青菜の柔らか煮 さつま芋のすまし汁 果物	野菜おじや
木	(主な材料)米 鮭 玉ねぎ 大根 小松菜 さつま芋 果物			鶏ミンチ ブロッコリー 人参 南瓜とりんご豆乳煮
10	お弁当会			
金				南瓜 りんご 豆乳
11	10倍粥 豆腐と人参ペースト すまし汁	7倍粥 豆腐と人参のつぶし煮 青菜と玉ねぎのつぶし煮 きゅうりのすまし汁 果物	全粥 豆腐と人参の柔らか煮 青菜と玉ねぎの柔らか煮 きゅうりのすまし汁 果物	
土	(主な材料)米 豆腐 人参 ほうれん草 玉ねぎ きゅうり 果物			
13	10倍粥 白身魚と南瓜ペースト すまし汁	7倍粥 白身魚と南瓜のつぶし煮 ブロッコリーの玉ねぎのつぶし煮 さつま芋のすまし汁 果物	全粥 白身魚と南瓜の柔らか煮 ブロッコリーの玉ねぎの柔らか煮 さつま芋のみそ汁 果物	野菜おじや
月	(主な材料)米 白身魚 南瓜 ブロッコリー 玉ねぎ さつま芋 果物			ささみ 人参 チンゲン菜
14	10倍粥 豆腐のペースト すまし汁	もずく粥 豆腐と青菜のつぶし煮 人参とじゃが芋のつぶし煮 キャベツのすまし汁 果物	もずく粥 豆腐と青菜の柔らか煮 人参とじゃが芋の柔らか煮 キャベツのすまし汁 果物	野菜おじや
火	(主な材料)米 もずく 豆腐 ちんげん菜 人参 じゃが芋 キャベツ 果物			さけ わかめ きゅうり
15	10倍粥 しらすとブロッコリーペースト すまし汁	7倍粥 しらすとブロッコリーのつぶし煮 大根とトマトのつぶし煮 青菜のすまし汁 果物	全粥 しらすとブロッコリーの柔らか煮 大根とトマトの柔らか煮 青菜のすまし汁 果物	野菜おじや
水	(主な材料)米 しらす ブロッコリー 大根 トマト 人参 小松菜 果物			鶏ミンチ オクラ 冬瓜
16	10倍粥 南瓜ペースト すまし汁	7倍粥 白身魚と玉ねぎのつぶし煮 キャベツときゅうりのつぶし煮 南瓜のすまし汁 果物	全粥 白身魚と玉ねぎの柔らか煮 キャベツときゅうりの柔らか煮 南瓜のすまし汁 果物	野菜おじや
木	(主な材料)米 白身魚 玉ねぎ キャベツ きゅうり 南瓜 果物			ささみ 人参 ほうれん草

※ 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って離乳食を進めます。
 ※ 献立は月齢ごとの目安です。使用食品、調理形態、分量など、個人差を考慮しながら進めます。
 ※ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。



離乳食献立表<その2>

令和5年 日清医療食品



回食 月齢	昼食			おやつ 中期・後期 7~11ヶ月頃
	初期 5・6ヶ月頃(開始後一ヶ月間)	中期 7・8ヶ月	後期 9・10・11ヶ月	
固さの 目安	トロトロ⇒ベタベタ ヨーグルト状	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(荒みじん切り)	
17	10倍粥 野菜ペースト すまし汁	7倍粥 野菜のそぼろ煮 青菜と玉ねぎのつぶし煮 トマトのすまし汁 果物	全粥 野菜のそぼろ煮 青菜と玉ねぎの柔らか煮 トマトのすまし汁 果物	さつま芋と南瓜煮
金	(主な材料)米 鶏ミンチ ジャが芋 人参 白菜 小松菜 玉ねぎ トマト 果物			さつま芋 南瓜
18	10倍粥 さつまいもペースト すまし汁	7倍粥 白身魚のと人参のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 きゅうりのすまし汁 果物	全粥 白身魚のと人参の柔らか煮 さつま芋の柔らか煮 きゅうりのすまし汁 果物	野菜おじや
土	(主な材料)米 白身魚 人参 さつま芋 きゅうり 果物			ささみ 南瓜 小松菜
20	10倍粥 野菜ペースト すまし汁	野菜丼 冬瓜のとろとろ煮 じゃが芋のすまし汁 果物	野菜丼 冬瓜のとろとろ煮 じゃが芋のすまし汁 果物	バナナとりんご煮
月	(主な材料)米 鶏ミンチ 人参 玉ねぎ なす オクラ 冬瓜 ジャが芋 果物			バナナ りんご
21	10倍粥 南瓜と玉ねぎペースト すまし汁	7倍粥 豆腐とキャベツのつぶし煮 南瓜と玉ねぎのつぶし煮 大根のすまし汁 果物	全粥 豆腐とキャベツの柔らか煮 南瓜と玉ねぎの柔らか煮 大根のすまし汁 果物	野菜おじや
火	(主な材料)米 豆腐 キャベツ 南瓜 玉ねぎ 大根 果物			白身魚 人参 小松菜
22	10倍粥 トマトときゅうりペースト すまし汁	7倍粥 鶏レバーと人参のつぶし煮 トマトときゅうりのつぶし煮 アーサのスープ 果物	全粥 鶏レバーと人参の柔らか煮 トマトときゅうりの柔らか煮 アーサのスープ 果物	野菜おじや
水	(主な材料)米 鶏レバー 人参 トマト きゅうり アーサ 果物			しらす ブロッコリー 玉ねぎ
23	勤労感謝の日(公休日)			
木				
24	10倍粥 白身魚と人参ペースト すまし汁	7倍粥 白身魚と人参のつぶし煮 南瓜のつぶし煮 大根のすまし汁 果物	全粥 白身魚と人参の柔らか煮 南瓜の柔らか煮 大根のすまし汁 果物	野菜おじや
金	(主な材料)米 白身魚 人参 南瓜 大根 果物			鶏ミンチ 人参 オクラ
25	10倍粥 ゆし豆腐 すまし汁	7倍粥 ささみと青菜のつぶし煮 人参ときゅうりのつぶし煮 ゆし豆腐 果物	全粥 ささみと青菜の柔らか煮 人参ときゅうりの柔らか煮 ゆし豆腐 果物	野菜おじや
土	(主な材料)米 ささみ ちんげん菜 人参 きゅうり ゆし豆腐 果物			しらす レタス トマト
27	10倍粥 大根と人参のペースト すまし汁	7倍粥 ささみとブロッコリーのつぶし煮 大根と人参のつぶし煮 わかめのすまし汁 果物	全粥 ささみとブロッコリーの柔らか煮 大根と人参の柔らか煮 わかめのみそ汁 果物	野菜おじや
月	(主な材料)米 ささみ ブロッコリー 大根 人参 わかめ 果物			白身魚 キャベツ 南瓜
28	10倍粥 トマトと青菜ペースト すまし汁	7倍粥 じゃが芋のそぼろ煮 トマトと青菜のつぶし煮 レタスのすまし汁 果物	全粥 じゃが芋のそぼろ煮 トマトと青菜の柔らか煮 レタスのすまし汁 果物	さつま芋とりんご煮
火	(主な材料)米 鶏ミンチ ジャが芋 トマト ほうれん草 レタス 果物			さつま芋 りんご
29	10倍粥 きゅうりと玉ねぎペースト すまし汁	7倍粥 豆腐と人参のつぶし煮 きゅうりと玉ねぎのつぶし煮 キャベツのすまし汁 果物	全粥 豆腐と人参の柔らか煮 きゅうりと玉ねぎの柔らか煮 キャベツのすまし汁 果物	野菜おじや
水	(主な材料)米 豆腐 人参 きゅうり 玉ねぎ キャベツ 果物			しらす 大根 オクラ
30	10倍粥 白身魚とブロッコリーペースト すまし汁	7倍粥 白身魚とブロッコリーのつぶし煮 玉ねぎと人参のつぶし煮 なすのすまし汁 果物	全粥 白身魚とブロッコリーの柔らか煮 玉ねぎと人参の柔らか煮 なすのみそ汁 果物	野菜おじや
木	(主な材料)米 白身魚 ブロッコリー 玉ねぎ 人参 なす 果物			鶏ミンチ あおさ キャベツ

※ 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って離乳食を進めます。
 ※ 献立は月齢ごとの目安です。使用食品、調理形態、分量など、個人差を考慮しながら進めます
 ※ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。

好き嫌いへの対応

離乳食も9~11か月頃になると、赤ちゃんにも食べ物の好みが出てきます。特に、はじめて口にするものや食べ慣れないものは、なかなか食べてくれません。食べないからといって与えるのをあきらめるのではなく、調理法を変えたり、味つけを変えたりして、少しずつ与えてみると良いでしょう。ただし、どうしても食べない場合は空腹ではない場合も。だから続けるのではなく、20分ぐらいで切り上げるようにしましょう。

あそび食へはどのように対応する？

食べる気がなくなり、食べ物をおもちゃにしてしまう「あそび食」。子どもがある程度は自分で食べたら、残りは介助しながら与えましょう。顔をそむけたり、イヤイヤをしたりしたら、ごちそうさまのサイン。早めに切り上げるようにします。

12~18か月頃の離乳食(完了期)

- 食材 大人とほとんど同じものが食べられます。
- 味 薄味を心がけましょう。
- 形状 前歯が生えそろってきて、奥の歯ぐきでつぶして食べられる硬さにします。個人差があるので、歯の生え方、口の動きをよく見ましょう。
- 量 朝、昼、夕、おやつ4回で栄養をとりまします。
- 与え方 大人といっしょに食べます。手づかみが上手にできたら、スプーン・フォークを持たせます。