

# 11月



【令和3年】

- ★ 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、個人差を考慮します。
- ★ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月頃です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。

【NO1】 (作成者) 管理栄養士 高 貴子

回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月令	5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
形態	なめらかにすりつぶした状態	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ
固さ	プレーンヨーグルト状(ごっくん)	絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	バナナ位(かみかみ)	絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	バナナ位(かみかみ)
1月	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のみどり煮 ポテトすり流し すまし汁 	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 野菜スープ みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 野菜スープ みかん	人参がゆ(べたべた) ブロッコリー鶏ささみあん みそ汁 りんご	人参がゆ ⇒ 軟飯 ブロッコリー鶏ささみあん みそ汁 りんご
(主な材料) 米 白身魚 玉ねぎ ブロッコリー ジャが芋 白菜 サニーレタス みかん					
2火	10倍がゆ(とろとろ) 絹ごし豆腐のすり流し かぼちゃペースト すまし汁	全がゆ(べたべた) かぼちゃと豆腐の二色盛り みそ汁 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃと豆腐の二色盛り みそ汁 りんご	おじや 魚のおろし煮 人参スープ みかん	おじや 魚のおろし煮 人参スープ 手づかみポテト みかん
(主な材料) 米 青のり かぼちゃ 絹ごし豆腐 大根 わかめ りんご					
4木	10倍がゆ(とろとろ) ポテトペースト 白菜ペースト 野菜スープ 	二色がゆ 鶏ささみのくず煮 白菜スープ みかん	二色がゆ 鶏ささみのくず煮 白菜スープ みかん	全がゆ(べたべた) 白身魚のミルク煮 くたくたそうめん汁 りんご 	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のミルク煮 そうめん汁 手づかみ人参 りんご
(主な材料) 米 人参 小松菜 鶏ささみ 白菜 ジャが芋 玉ねぎ クリームコーン缶 みかん					
5金	 ♡秋の遠足♡ 愛情たっぷりのお弁当をお願いします 			納豆がゆ(べたべた) 白身魚の野菜あんかけ みそ汁 みかん	納豆がゆ ⇒ 軟飯 白身魚の野菜あんかけ みそ汁 手づかみかぼちゃ みかん
(主な材料) 米 ひき割り納豆 白身魚 人参 かぼちゃ わかめ みかん					
6土	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト トマトペースト 野菜スープ	おじや 魚のトマト煮 野菜スープ バナナ	おじや 魚のトマト煮 野菜スープ バナナ	全がゆ(べたべた) 白身魚とポテトのスープ煮 みそ汁 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚とポテトのスープ煮 みそ汁 りんご
(主な材料) 米 玉ねぎ 人参 キャベツ ツナ缶 白身魚 トマト ほうれん草 クリームコーン缶 バナナ					
8月	10倍がゆ(とろとろ) ポテトペースト 人参ペースト すまし汁	菜がゆ(べたべた) ツナポテト 野菜スープ みかん	菜がゆ ⇒ 軟飯 ツナポテト 野菜スープ みかん 	おじや ポテトの納豆あえ みそ汁 りんご	おじや ポテトの納豆あえ みそ汁 りんご 
(主な材料) 米 サニーレタス ジャが芋 人参 ブロッコリー ツナ缶 レタス あおさ みかん					
9火	10倍がゆ(とろとろ) 絹ごし豆腐のすり流し 根菜煮つぶし すまし汁	菜がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のだし煮 みそ汁 りんご	菜がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のだし煮 みそ汁 りんご	おじや 白身魚のおろし煮 くたくたそうめん汁 柿コンポート	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のおろし煮 くたくたそうめん汁 柿コンポート
(主な材料) 米 サニーレタス しらす干し 絹ごし豆腐 人参 キャベツ 玉ねぎ りんご					
10水	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚すり流し ほうれん草ペースト 大根すりつぶし すまし汁 	芋がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 大根汁 バナナ	芋がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 大根汁 手づかみ大根 バナナ	全がゆ(べたべた) 炒り豆腐 みそ汁 りんご	ひじきがゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 みそ汁 りんご
(主な材料) 米 さつま芋 人参 白身魚 ほうれん草 大根 バナナ					
11木	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 人参ペースト 野菜スープ	あおさがゆ(べたべた) 白身魚と野菜のみそ風味 くたくたそうめん汁 りんご	あおさがゆ ⇒ 軟飯 白身魚と野菜のみそ風味 そうめん汁 手づかみ大根 りんご	全がゆ(べたべた) ひき割り納豆 チキンスープ みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 ひき割り納豆 チキンスープ みかん 
(主な材料) 米 あおさ 白身魚 キャベツ 人参 そうめん 大根 りんご					
12金	10倍がゆ(とろとろ) ほうれん草ペースト 人参ペースト バナナペースト すまし汁	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のだし煮 みそ汁 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のだし煮 みそ汁 バナナ	全がゆ(べたべた) ポテトそぼろ煮風 ほうれん草スープ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 ポテトそぼろ煮風 ほうれん草スープ りんご
(主な材料) 米 豆腐 ほうれん草 人参 玉ねぎ わかめ 麩 バナナ					
13土	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト ポテトペースト すまし汁	おじや きゅうりのおかか煮 すまし汁 みかん	おじや きゅうりのおかか煮 すまし汁 みかん	全がゆ(べたべた) 白身魚とじゃが芋のスープ みそ汁 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚とじゃが芋のスープ煮 みそ汁 りんご
(主な材料) 米 人参 ジャが芋 鶏肉 きゅうり わかめ 絹ごし豆腐 みかん					
15月	10倍がゆ(とろとろ) 絹ごし豆腐のすり流し ブロッコリーペースト 人参ペースト すまし汁	全がゆ(べたべた) 二色豆腐 かぼちゃスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 二色豆腐 かぼちゃスープ バナナ 	おじや 魚のみそ汁 梨ゼリー	おじや 魚のみそ汁 梨ゼリー
(主な材料) 米 絹ごし豆腐 ブロッコリー 人参 キャベツ 玉ねぎ かぼちゃ クリームコーン缶 バナナ					
(主な材料) 米 玉ねぎ キャベツ ブロッコリー 人参 白身魚 梨 寒天					



回数	1回食(午前)			2回食(午後)	
月令	5・6ヶ月頃(開始後1ヶ月間)	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
形態 固さ	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(ごっくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)
16 火	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 人参ペースト すまし汁	全がゆ(べたべた) 白身魚と野菜のスープ煮 みそ汁 梨	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚と野菜のスープ煮 みそ汁 梨 	おじや ゆし豆腐 さつま芋とりんごのきんとん	おじや ゆし豆腐 さつま芋とりんごのきんとん
(主な材料) 米 白身魚 人参 ブロッコリー あおさ 大根 柿			米 ツナ缶 人参 ブロッコリー そうめん ゆし豆腐 さつま芋		
17 水	10倍がゆ(とろとろ) あけぼの豆腐 とろとろバナナ すまし汁	あおさがゆ(べたべた) あけぼの豆腐 たくたくそうめん汁 フルーツヨーグルト	あおさがゆ ⇒ 軟飯 あけぼの豆腐 たくたくそうめん汁 フルーツヨーグルト	全がゆ(べたべた) かぼちゃのそぼろ煮風 みそ汁 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃのそぼろ煮風 みそ汁 りんご
(主な材料) 米 あおさ 絹ごし豆腐 人参 ほうれん草 そうめん バナナ			米 かぼちゃ 玉ねぎ 鶏ささみ キャベツ 人参 りんご		
18 木	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト とろとろさつま芋 すまし汁	芋がゆ(べたべた) トマトときゅうりの納豆あえ みそ汁 みかん	芋とレバーのおかゆ ⇒ 軟飯 トマトときゅうりの納豆あえ みそ汁 みかん	パンがゆ ⇒ ころころトースト 鶏ささみのくず煮 かぼちゃスープ りんご	スティックトースト 鶏ささみのくず煮 かぼちゃスープ りんご 
(主な材料) 米 さつま芋 トマト レバー きゅうり ひき割り納豆 なす わかめ 麩 みかん			食パン 鶏ささみ 人参 かぼちゃ 玉ねぎ クリームコング		
19 金	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 人参ペースト すまし汁	おじや 魚のトマト煮 あおさ汁 バナナ	おじや 魚のトマト煮 あおさ汁 バナナ 	全がゆ(べたべた) 鶏ささみと人参のくず煮 ポテトスープ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏ささみと人参のくず煮 ポテトスープ りんご
(主な材料) 米 人参 玉ねぎ 白身魚 じゃが芋 トマト あおさ 絹ごし豆腐 バナナ			米 鶏ささみ 人参 きゅうり じゃが芋 玉ねぎ クリームコング りんご		
20 土	10倍がゆ(とろとろ) かぼちゃペースト ポテトすり流し すまし汁 	人参がゆ(べたべた) 豆腐とかぼちゃのだし煮 みそ汁 みかん	人参がゆ ⇒ 軟飯 豆腐とかぼちゃのだし煮 みそ汁 みかん	おじや ツナポテト すまし汁 りんご	おじや ツナポテト すまし汁 りんご
(主な材料) 米 人参 豆腐 かぼちゃ 大根 わかめ みかん			米 大根 玉ねぎ 人参 じゃが芋 ツナ缶 麩 あおさ りんご		
22 月	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト とろとろさつま芋 すまし汁	芋がゆ(べたべた) 炒り豆腐 コーンスープ りんご	芋がゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 コーンスープ りんご 	あおさがゆ(べたべた) ひき割り納豆 根菜煮物 さつま汁 みかん	あおさがゆ ⇒ 軟飯 ひき割り納豆 根菜煮物 さつま汁 みかん
(主な材料) 米 さつま芋 豆腐 玉ねぎ 人参 クリームコング 白菜 りんご			米 あおさ ひき割り納豆 じゃが芋 人参 ツナ缶 さつま芋		
24 水	10倍がゆ(とろとろ) ほうれん草ペースト ポテトすり流し すまし汁 とろとろバナナ	全がゆ(べたべた) 鶏ささみのくず煮 野菜スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏ささみのくず煮 野菜スープ バナナ	全がゆ(べたべた) グリーンポテト トマトスープ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 グリーンポテト トマトスープ りんご
(主な材料) 米 鶏ささみ ほうれん草 じゃが芋 白菜 人参 クリームコング バナナ			米 じゃが芋 ブロッコリー しらす干し 玉ねぎ 人参 トマト缶 りんご		
25 木	10倍がゆ(とろとろ) かぼちゃペースト 大根ペースト 白身魚すり流し すまし汁	かぼちゃがゆ(べたべた) 白身魚のコーン風味 みそ汁 柿コンポート	かぼちゃがゆ ⇒ 軟飯 白身魚のコーン風味 みそ汁 柿コンポート	全がゆ(べたべた) 豆腐のみどり煮 野菜スープ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐のみどり煮 野菜スープ りんご
(主な材料) 米 かぼちゃ 白身魚 玉ねぎ クリームコング 大根 柿			米 豆腐 玉ねぎ ブロッコリー 人参 かぼちゃ じゃが芋		
26 金	10倍がゆ(とろとろ) とろとろきなこバナナ ポテトとトマトのだし煮 すまし汁	おじや つぶしトマト チキンスープ バナナヨーグルト	おじや トマト チキンスープ バナナヨーグルト	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のだし煮 みそ汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のだし煮 みそ汁 みかん
(主な材料) 米 玉ねぎ ツナ缶 人参 トマト 鶏ささみ じゃが芋 クリームコング バナナ プレーンヨーグルト			米 豆腐 じゃが芋 ブロッコリー 人参 大根 わかめ 麩 みかん		
27 土	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のミルク煮 トマトペースト すまし汁	みどりがゆ(べたべた) 人参やわか煮 白身魚とトマトのスープ煮 りんご	みどりがゆ ⇒ 軟飯 人参やわか煮 白身魚とトマトのスープ煮 りんご	具だくさんおじや みそ汁 バナナ	具だくさんおじや みそ汁 バナナ 
(主な材料) 米 ブロッコリー 人参 白身魚 玉ねぎ トマト じゃが芋 りんご			米 ツナ缶 人参 キャベツ 玉ねぎ じゃが芋 かぼちゃ		
29 月	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト ポテトすり流し すまし汁	おじや かぼちゃ煮物 ゆし豆腐 バナナ	おじや かぼちゃ煮物 ゆし豆腐 バナナ	全がゆ(べたべた) ひき割り納豆 野菜スープ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 ひき割り納豆 野菜スープ りんご
(主な材料) 米 人参 じゃが芋 玉ねぎ ツナ缶 かぼちゃ 豆腐 あおさ バナナ			米 ひきわり納豆 じゃが芋 玉ねぎ 人参 トマト りんご		
30 火	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し ポテトとブロッコリーペースト すまし汁	全がゆ(べたべた) 魚とポテトのトマト煮 みそ汁 バナナヨーグルト	全がゆ ⇒ 軟飯 魚とポテトのトマト煮 みそ汁 バナナヨーグルト	おじや きゅうりのおかか煮 魚と野菜のスープ みかん	おじや きゅうりのおかか煮 魚と野菜のスープ みかん
(主な材料) 米 白身魚 じゃが芋 玉ねぎ 人参 大根 あおさ バナナ ヨーグルト			米 大根 人参 ツナ缶 きゅうり 白身魚 玉ねぎ ブロッコリー		

※ 離乳食の進め方など気になることは、担任の先生へお気軽にお問合せください。



# 幼児食こんだて

令和3年

※赤・黄・緑の食べ物のグループ分けは、6つの基礎食品(厚生労働省)と、食べ物の3つのはたらき(文部科学省)をもとにしています。(作成者) 管理栄養士 高 貴子

日曜	献立名	おやつ 午前(1・2歳児) 午後(1~5歳児)	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	おやつ 午前(1・2歳児) 午後(1~5歳児)	おもな材料(昼食)		
			あか	きいろ	みどり				あか	きいろ	みどり
1月	雑穀ご飯 チキン照り焼き ひじき五目煮 ゴマじゃが 春雨スープ みかん	カルシウムウエハース	鶏もも肉 ひじき ちくわ 油揚げ 豚肉	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび じゃが芋 春雨	玉ねぎ 人参 糸こんにゃく ねぎ ブロッコリー たけのこ キャベツ	16火	雑穀ご飯 手作りひじきふりかけ 鮭のもみじ焼き きんぴらごぼう ブロッコリー ゆし豆腐 柿	バナナ	鮭 鶏もも肉 ゆし豆腐 ひじき	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび さつま芋	人参 ごぼう 糸こんにゃく ニラ しめじ ブロッコリー 梨
		オートミールクッキー ミルク						ジャムサンド ミルク			
2火	雑穀ご飯 魚の照り焼き 南瓜そぼろ煮 マカロニサラダ みそ汁 柿	バナナ	赤魚 豚ひき肉 豆腐 わかめ	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび マカロニ	かぼちゃ 玉ねぎ パイン缶 人参 りんご レーズン きゅうり	17水	沖繩そば 蒸しかぼちゃ コーンサラダ みかん	鉄ウエハース	豚三枚肉 丸かまぼこ 卵	沖繩そば	刻み昆布 かぼちゃ コーン缶 キャベツ きゅうり バナナ
		ちんぴん ミルク						大根葉おにぎり 麦茶 小魚			
4木	豚肉ビビンバ マッシュポテト 白菜スープ みかん	ブルー	豚薄切り肉 卵 ベーコン	精白米 カルライナス じゃが芋	ほうれん草 もやし 人参 白菜 クリームコーン缶 赤ピーマン 刻みパセリ	18木	雑穀ご飯 豚肉の生姜焼き 昆布イリチー トマトサラダ みそ汁 みかん	ブルー	豚一薄切り 肉 ツナ缶 油揚げ 卵	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	さざみ昆布 かんぴょう 人参 糸こんにゃく トマト レタス きゅうり
		ミニマドレーヌ 豆乳						人参ケーキ ミルク			
5金	♡秋の遠足♡ 愛情たっぷりのお弁当 お願いします	せんべい 固形ヨーグルト				19金	きのこご飯 魚のから揚げ南蛮風 切干大根ごま酢あえ みそ汁 りんご	カルシウムウエハース ゴマ風味焼き菓子 ミルク	油揚げ ひじき ツナ缶 白身魚 ささみ わかめ	精白米 カルライナス じゃが芋	しめじ えのきたけ 赤ピーマン 干椎茸 切干大根 きゅうり
6土	タコライス 温サラダ コーンスープ バナナ	胚芽クラッカー	豚ひき肉 チーズ	精白米 カルライナス	玉ねぎ 人参 レタス トマト ブロッコリー キャベツ コーン	20土	ごはん のり佃煮 パンパンキンスラダ ポイルウインナー 豚汁 みかん	胚芽クラッカー	ウインナー ツナ缶 豚肉スライ ス	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび じゃが芋	かぼちゃ 大根 干椎茸 人参 みかん
		くる棒 ミルク						タンナファクラー ミルク			
8月	雑穀ご飯 豚肉のみそ焼き キャベツ炒め 粉ふき芋 レタスのスープ みかん	カルシウムウエハース	鶏もも肉 油揚げ ツナ缶 わかめ 卵	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	赤ピーマン サニーレタ ス キャベツ 人参 レタス 玉ねぎ	22月	雑穀ご飯 肉みそ豆腐 しゃんぱき炒め ほうれん草ツナ和え すまし汁 パイン缶	せんべい	厚揚げ 豚ひき肉 豚薄切り肉 油揚げ	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	玉ねぎ 糸こんにゃく もやし ごぼう 人参 きゅうり コーン缶
		ごまクッキー ミルク						せんべい プリン			
9火	雑穀ご飯 揚げ魚のケチャップあん 野菜チャップル きゅうり甘酢 みそ汁 柿	りんご	白身魚 豆腐 しらす干し わかめ 卵	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	キャベツ 人参 もやし コーン缶 ニラ きゅうり	24水	ロールパン ポテのグラタン ほうれん草のソテー ミネストローネ みかん	鉄ウエハース	鶏ささみ ベーコン チーズ	ロールパン じゃが芋 マカロニ	玉ねぎ 人参 ブロッコリー ほうれん草 コーン缶 白菜
		くずもち ミルク						誕生ケーキ 野菜ジュース お誕生会			
10水	秋の香り混ぜごはん 西京焼き ほうれん草の白あえ 大根汁 バナナ	カルシウムウエハース	鶏もも肉 油揚げ 白身魚 ひじき 豆腐	精白米 カルライナス さつま芋	しめじ 干椎茸 グリーンピース ほうれん草 人参 大根 えのきたけ	25木	雑穀ご飯 さばのかば焼き 南瓜煮物 ひじきフレンチあえ みそ汁 柿	りんご	さば ひじき ハム 油揚げ	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	かぼちゃ きゅうり コーン缶 大根 ねぎ 人参
		オートミールスナック ミルク						もずく入りヒヤラーチー 豆乳			
11木	雑穀ご飯 魚のみそ煮 春雨の中華炒め そうめん汁 ひじきのフレンチあえ りんご	せんべい	さば ひじき ハム 豚肉	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび 春雨 そうめん	長ねぎ たけのこ 人参 キャベツ さやいんげん きゅうり コーン缶	26金	スパゲティミートソース コーンサラダ 野菜スープ フルーツのヨーグルトあえ	鉄ウエハース	牛ひき肉 豚ひき肉 粉チーズ プレーンヨー グルト	スパゲティ	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン ブロッコリー
		大学芋 豆乳						じゃこ入りおにぎり 麦茶 小魚			
12金	雑穀ご飯 豆腐ナゲット 切干大根イチー ツナ和え みそ汁 りんご	カルシウムウエハース	豆腐 鶏ひき肉 ひじき 卵 豚肉 わかめ ツナ缶	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	玉ねぎ 赤ピーマン 切干大根 かんぴょう 人参 糸こんにゃく ほうれん草	27土	雑穀ご飯 麻婆なす 温サラダ もずくスープ りんご	りんご	豚ひき肉 もずく	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	なす 玉ねぎ コーン缶 トマト ブロッコリー えのきたけ りんご
		ベイクドチーズケーキ ミルク						スティックパン ミルク			
13土	ハヤシライス スティックきゅうり すまし汁 みかん	胚芽クラッカー	鶏もも肉 わかめ 豆腐	精白米 カルライナス じゃが芋	玉ねぎ 人参 コーン缶 グリーンピース きゅうり たけのこ みかん	29月	もずくどんぶり 枝豆 スライストマト ゆし豆腐 パイン缶	カルシウムウエハース	豚ひき肉 もずく ゆし豆腐 あおさ	精白米 カルライナス	ピーマン 赤ピーマン トマト ねぎ
		どら焼き ミルク						せんべい 固形ヨーグルト			
15月	お祝寿司 ハンバーグ 温サラダ もずくスープ フルーツ盛り	カルシウムウエハース	鮭フレーク 豚ひき肉 牛ひき肉 もずく	精白米 カルライナス	人参 コーン缶 玉ねぎ キャベツ トマト ブロッコリー	30火	雑穀ご飯 フィッシュバーグ 付け合わせ おからイリチー みそ汁 みかん	カルシウムウエハース	さんま 卵 ちくわ 油揚げ	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	玉ねぎ ブロッコリー トマト おから もやし きくらげ キャベツ
		赤蒸しパン ミルク						バナナケーキ ミルク			

- ★ 材料、行事、その他の都合により、献立を変更することがあります。
- ★ 食物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。
- ★ 「離乳食の献立表」は、該当者だけにお配りしています。
- ★ 幼児食移行期(1歳~1歳半頃)は、咀嚼能力にあわせて調理形態や食材を替える場合がありま

