

# 2018年 11月上旬きゅうしよくこんだてよていひょう

日付	献立	中期	初期	材料名
		7か月頃～	6か月頃～	
01 木	キッズビビンバ スープ(えのき) かみかみサラダ	ささ身のくず煮 かぼちゃの煮物 スープ おかゆ	ささ身のくず煮 かぼちゃの煮物 スープ つぶしがゆ	ささみ 片栗粉 かぼちゃ ブロッコリー 中華味 米
02 金	かしわのてりやき ブロッコリーサラダ みそしる(はくさい) ごぶつきまい(なっとう)	豆腐のくず煮 はくさいの煮浸し みそ汁 おかゆ	豆腐のくず煮 はくさいの煮浸し みそ汁 つぶしがゆ	豆腐 片栗粉 はくさい オクラ かつおだし みそ 米
05 月	ぶたにくのしょうがやき だいずサラダ(ツナ) みそしる(たまねぎ) いもごはん	白身魚の煮付け さつま芋の煮物 みそ汁 おかゆ	白身魚の煮付け さつま芋の煮物 みそ汁 つぶしがゆ	カレイ 片栗粉 さつま芋 人参 かつおだし みそ 米
06 火	ちくぜんに きゃべつのごます みそしる(オクラ) ごぶつきまい(なっとう)	ささ身のくず煮 オクラのトマト煮 みそ汁 おかゆ	ささ身のくず煮 オクラのトマト煮 みそ汁 つぶしがゆ	ささみ 片栗粉 オクラ トマト かつおだし みそ 米
07 水	ちくさやき きりぼしだいこんのナムル みそしる(ふ) ごぶつきまい(なっとう)	豆腐のくず煮 ブロッコリーの煮浸し みそ汁 おかゆ	豆腐のくず煮 ブロッコリーの煮浸し みそ汁 つぶしがゆ	豆腐 片栗粉 ブロッコリー 人参 かつおだし みそ 米
08 木	わふうカレーうどん こうやどうふのたまごとし	白身魚の煮付け キャベツの煮浸し 煮込みうどん	白身魚の煮付け キャベツの煮浸し くたくたうどん	カレイ 片栗粉 キャベツ トマト かつおだし うどん
09 金	さばのしおやき しらあえ(ほうれんそう) みそしる(あつあげ) ごぶつきまい(なっとう)	ささ身のくず煮 ほうれん草の煮浸し みそ汁 おかゆ	ささ身のくず煮 ほうれん草の煮浸し みそ汁 つぶしがゆ	ささみ 片栗粉 ほうれん草 人参 かつおだし みそ 米
10 土	かしわのさっぱりやき さんしょくごまサラダ みそしる(さつまいも) ごぶつきまい(なっとう)	白身魚の煮付け 大根の煮物 みそ汁 おかゆ	白身魚の煮付け 大根の煮物 みそ汁 つぶしがゆ	カレイ 片栗粉 大根 ブロッコリー かつおだし みそ 米
12 月	やぎにくふういためもの しゅうまい みそしる(こまつな) ごぶつきまい(なっとう)	豆腐のくず煮 小松菜の煮浸し みそ汁 おかゆ	豆腐のくず煮 小松菜の煮浸し みそ汁 つぶしがゆ	豆腐 片栗粉 小松菜 人参 かつおだし みそ 米
13 火	さけごはん さつまいものレモンに みそしる(きのこ)	ささ身のくず煮 オクラの煮物 みそ汁 おかゆ	ささ身のくず煮 オクラの煮物 みそ汁 つぶしがゆ	ささみ 片栗粉 オクラ トマト かつおだし みそ 米
14 水	きゃべつミンチ マカロニサラダ パンプキンスープ ロールパン ゼリー	白身魚の煮付け マッシュポテト スープ ひたしパン	白身魚の煮付け マッシュポテト スープ パンがゆ	カレイ 片栗粉 じゃが芋 ブロッコリー パイヨン パン ミルク
15 木	ナポリタン グリーンサラダ スープ(もやし)	豆腐のくず煮 人参の煮物 にゅうめん	豆腐のくず煮 人参の煮物 にゅうめん	豆腐 片栗粉 人参 オクラ かつおだし そうめん

# 2018年 11月下旬 **きゅうしよくこんだて** よていひょう

日付	献立	中期	初期	材料名
		7か月頃～	6か月頃～	
16 金	ぶたにくのカレーやき こまつなのびたし(あつあげ) みそしる(はくさい) ごぶつきまい(なっとう)	ささ身のくず煮 はくさいの煮浸し みそ汁 おかゆ	ささ身のくず煮 はくさいの煮浸し みそ汁 つぶしがゆ	ささみ 片栗粉 はくさい 人参 かつおだし みそ 米
17 土	プルコギごはん いんげんのツナあえ スープ(ワカメ)	白身魚の煮付け ブロッコリーの煮物 スープ おかゆ	白身魚の煮付け ブロッコリーの煮物 スープ つぶしがゆ	カレー 片栗粉 ブロッコリー 人参 中華味 米
19 月	にくとごぼうのたきあわせ きゅうりもみ みそしる(えのきたけ) ごぶつきまい(なっとう)	豆腐のくず煮 さつまいの煮物 みそ汁 おかゆ	豆腐のくず煮 さつまいの煮物 みそ汁 つぶしがゆ	豆腐 片栗粉 さつまい ブロッコリー かつおだし みそ 米
20 火	やさしいため はるさめサラダ みそしる(ふ) ごぶつきまい(なっとう)	ささ身のくず煮 キャベツの煮浸し みそ汁 おかゆ	ささ身のくず煮 キャベツの煮浸し みそ汁 つぶしがゆ	ささみ 片栗粉 キャベツ トマト かつおだし みそ 米
21 水	はっぼうさい ブロッコリーのごまあえ みそしる(しめじ) ごぶつきまい(なっとう)	白身魚の煮付け 人参の煮物 みそ汁 おかゆ	白身魚の煮付け 人参の煮物 みそ汁 つぶしがゆ	カレー 片栗粉 人参 はくさい かつおだし みそ 米
22 木	さかなのサクサクやき ほうれんそうとコーンのソテー スープ(はくさい) ロールパン	豆腐のくず煮 ほうれん草の煮浸し スープ ひたしパン	豆腐のくず煮 ほうれん草の煮浸し スープ パンがゆ	豆腐 片栗粉 ほうれん草 人参 ブイヨン パン ミルク
26 月	かしわのたきあわせ もやしのごます みそしる(とうふ) ごぶつきまい(なっとう)	ささ身のくず煮 大根の煮物 みそ汁 おかゆ	ささ身のくず煮 大根の煮物 みそ汁 つぶしがゆ	ささみ 片栗粉 大根 ブロッコリー かつおだし みそ 米
27 火	ひじきごはん にんじんのゆうぜんいり みそしる(なす)	白身魚の煮付け かぼちゃの煮物 みそ汁 おかゆ	白身魚の煮付け かぼちゃの煮物 みそ汁 つぶしがゆ	カレー 片栗粉 かぼちゃ 人参 かつおだし みそ 米
28 水	サーモンフライ トマトサラダ スープ(やさしい) ロールパン	豆腐のくず煮 オクラのトマト煮 スープ ひたしパン	豆腐のくず煮 オクラのトマト煮 スープ パンがゆ	豆腐 片栗粉 オクラ トマト ブイヨン パン ミルク
29 木	とりわかうどん うのはないり	ささ身のくず煮 ブロッコリーの煮物 煮込みうどん	ささ身のくず煮 ブロッコリーの煮物 くたくうどん	ささみ 片栗粉 ブロッコリー 人参 かつおだし うどん
30 金	カレーライス フルーツサラダ	白身魚の煮付け マッシュポテト スープ おかゆ	白身魚の煮付け マッシュポテト スープ つぶしがゆ	カレー 片栗粉 じゃが芋 ブロッコリー ブイヨン 米