



11月献立表



11月の献立のテーマは「もりもり食べよう 食欲の秋」です。

今月の旬の食材は…さつまいも、さといも、小松菜、ほうれん草、大根、白菜など

日	曜	献立表	午後のおやつ
1	土	高野豆腐の卵とじ・小松菜の浸し・バナナ	お菓子
4	火	ハンバーグステーキきのこソースかけ・茹ブロッコリー・スパゲティサラダ・バナナ	洋風おこし
5	水	ささ身のピカタ・短冊サラダ・粉ふきいも・みかん ※ご飯はいりません	ジャムサンド
6	木	焼魚・はくさいとほうれん草のごまあえ・れんこんのおかか煮・バナナ	ココアゼリー
7	金	きのこスパゲティ・だいこんとツナのサラダ・みかん	フルーツサンド
8	土	豆腐と白菜の煮物・スティックキュウリ・バナナ	お菓子
10	月	魚の照焼き・白あえ・かぼちゃの煮付・みかん	ミカンマフィン
11	火	豆乳タンタンメン・かえりの佃煮・バナナ	お好む焼き風パン
12	水	筑前煮・はくさいの浸し・みかん	牛乳くずもち
13	木	魚のコーンソースかけ・ベーコンとチンゲン菜の炒めもの・さつまいもの甘煮・バナナ	クッキー
14	金	お楽しみ献立 ※ご飯はいりません さつまいもごはん・トンカツ・大根ときゅうりの和風サラダ・みかん	マカロニ安倍川風
15	土	鶏肉のいなか煮・キャベツの即席漬・バナナ	お菓子
17	月	魚のかば焼風・ごま酢あえ・粉ふきいも・バナナ	豆乳ババロア
18	火	手羽元の煮込み・キャベツのレモン酢和え・にんじんの甘煮・みかん	さつまいも蒸しパン
19	水	豆乳タンタン麺・だいこんの酢のもの・バナナ	グレープゼリー
20	木	さばのみそ煮・茹ブロッコリー・大根と厚揚げの煮物・みかん	人参ごはん
21	金	うずみ・小松菜のごまあえ・バナナ	スイートポテト
22	土	炒め豆腐・塩もみキュウリ・バナナ	お菓子
25	火	魚のマヨネーズ焼き・小松菜とひじきの和えもの・にんじんの煮付・バナナ	お誕生会
26	水	野菜のあんかけうどん・納豆の磯和え・みかん	小倉蒸しパン
27	木	おでん・茹ブロッコリー・バナナ	シュガーパイ
28	金	れんこんのふわふわボール・酢のもの・さつまいもの煮付・みかん	ほうれん草ケーキ
29	土	肉じゃが・ほうれん草の浸し・バナナ	お菓子



11月 離乳献立表



日	曜	献立表
1	土	チキンスープ・茹小松菜・バナナ
4	火	そばろスープ・茹ブロッコリー・バナナ
5	水	チキンスープ・茹野菜・みかん
6	木	煮魚・茹はくさい・バナナ
7	金	煮込みスパゲティ・茹だいこん・みかん
8	土	豆腐と白菜の煮物・茹キュウリ・バナナ
10	月	白身魚の煮つけ・茹かぼちゃ・みかん
11	火	煮込みそば・かえりのふりかけ・バナナ
12	水	ミートスープ・茹はくさい・みかん
13	木	白身魚の煮つけ・茹ポテト・バナナ
14	金	ミートスープ・茹きゅうり・みかん
15	土	チキンスープ・茹キャベツ・バナナ
17	月	白身魚と野菜のスープ・茹ポテト・バナナ
18	火	チキンスープ・茹キャベツ・みかん
19	水	野菜スープ・茹 だいこん・バナナ
20	木	煮魚・茹ブロッコリー・みかん
21	金	うずみ・茹小松菜・バナナ
22	土	そばろスープ・茹キュウリ・バナナ
25	火	白身魚のスープ・茹小松菜・バナナ
26	水	煮込みうどん・納豆・みかん
27	木	鶏肉と野菜の煮つけ・茹ブロッコリー・バナナ
28	金	ミートスープ・茹野菜・みかん
29	土	豚肉と野菜の柔らか煮・茹ほうれん草・バナナ

