

2025年 11 月 離乳食 献立

日にち	曜日	5・6ヶ月頃午前	7・8ヶ月頃午前	7・8ヶ月頃午後	9～11ヶ月頃午前	9～11ヶ月頃午後	食 材
4・18	火	かゆ 白身魚 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ 澄まし汁 白身魚の和風煮 バナナ	豆腐のそぼろ煮	かゆ 澄まし汁 白身魚の和風煮 バナナ	豆腐のおやき	米 白身魚 ほうれん草 人参 玉ねぎ バナナ 鶏ひき肉 木綿豆腐
5・19	水	かゆ 絹ごし豆腐 スープ(野菜だし)	パンがゆ かぼちゃシチュー オレンジ	ツナのリゾット	パンスティック かぼちゃシチュー オレンジ	ツナのリゾット	食パン 鶏ささ身 かぼちゃ 人参 玉ねぎ オレンジ 米 ツナ 白菜
6・20	木	かゆ おふ 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ みそ汁(さつまいも) 鶏肉と根菜の煮物 バナナ	パンがゆ	かゆ みそ汁(さつまいも) 鶏肉と根菜の煮物 バナナ	パンスティック	米 鶏ささ身 人参 大根 さつまいも 玉ねぎ バナナ 食パン
7・21	金	かゆ 白身魚 スープ(野菜だし)	かゆ みそ汁(キャベツ) 肉じゃが オレンジ	野菜うどん	かゆ みそ汁(キャベツ) 肉じゃが オレンジ	野菜うどん	米 鶏ささ身(中期) 豚肉(後期) 人参 玉ねぎ じゃがいも キャベツ オレンジ うどん ツナ
10・17	月	かゆ 絹ごし豆腐 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ みそ汁(かぼちゃ) 鶏肉の野菜煮 オレンジ	マカロニきなこ	かゆ みそ汁(かぼちゃ) 鶏肉の野菜煮 オレンジ	蒸しパン	米 鶏ささ身 白菜 人参 玉ねぎ かぼちゃ オレンジ マカロニ きなこ(中期) ホットケーキミックス(後期)
11・25	火	かゆ おふ スープ(野菜だし)	かゆ みそ汁(大根) 鮭とブロッコリーのコンソメ煮 バナナ	和風うどん	かゆ みそ汁(大根) 鮭とブロッコリーのコンソメ煮 バナナ	和風うどん	米 鮭 ブロッコリー 人参 玉ねぎ 大根 バナナ うどん 鶏ひき肉
12・26	水	かゆ 白身魚 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ チンゲン菜のスープ 豆腐と野菜の煮物 オレンジ	しらすパンがゆ	かゆ チンゲン菜のスープ 豆腐と野菜の煮物 オレンジ	(12)パンスティック (26)ホットケーキ	米 絹ごし豆腐 鶏ささ身 キャベツ 人参 玉ねぎ チンゲン菜 オレンジ 食パン しらす(中期) (26)ホットケーキミックス(後期)
13・27	木	かゆ 絹ごし豆腐 スープ(野菜だし)	野菜あんかけうどん さつまいものマッシュ バナナ	ツナのおじや	野菜あんかけうどん さつまいものマッシュ バナナ	ツナのおじや	うどん 鶏ひき肉(中期) 豚肉(後期) 白菜 人参 玉ねぎ 小松菜 さつまいも バナナ 米 ツナ
14・28	金	かゆ おふ 和風だしスープ(かつお・昆布)	三色丼 豆腐スープ オレンジ	ミルクパンがゆ	三色丼 豆腐スープ オレンジ	パンスティック	米 鶏ひき肉 絹ごし豆腐 小松菜 人参 玉ねぎ チンゲン菜 オレンジ 食パン