



11月 幼児食予定献立表



平成30年

玉の子保育園

	月	火	水	木	金	土
幼児食				1 あわご飯 豚肉とキャベツの味噌炒め シルバーサラダ アサ入りゆし豆腐汁 フルーツ	2 弁当会	3 文化の日
おやつ				ちんすこう 牛乳	お菓子 牛乳	
幼児食	5 秋野菜カレー モズクサラダ 卵のすまし汁 フルーツヨーグルト	6 麦ごはん サバの味噌煮 ヒジキ炒め 冬瓜入り野菜サラダ ワカメとエノキのすまし汁 フルーツ	7 食パン ホークビーンズ ブロッコリーのシラス絡め 春雨スープ フルーツ	8 栗ごはん 筑前煮 キュウリとカン缶の和え物 小松菜と豆腐の味噌汁 フルーツ	9 あわご飯 赤魚の甘酢あんかけ 野菜炒め 大根とワカの味噌汁 フルーツ	10 牛肉のしぐれ丼 カボチャサラダ ワカメとシイタケのすまし汁 フルーツ
おやつ	くず餅 牛乳	蜂の巣ケーキ 牛乳	おにぎり 麦茶	ソーメンジャー 麦茶	練りゴマトースト 牛乳	おにぎり 麦茶
幼児食	12 あわご飯 鶏肉の竜田揚げ ブロッコリーのスープ煮 けんちん汁 フルーツ	13 麦ごはん 鮭の照り焼き ホーレン草の卵とじ イチムトウチ フルーツ	14 沖縄そば 小松菜とツナの塩昆布和え サツマイモのレモン煮 フルーツ	15 あわご飯 揚げ豆腐 青椒肉絲 コーンスープ フルーツ	16 麦ご飯 豚肉の生姜焼き 小魚とキャベツの中華和え ジャガイモのポタージュ トマト フルーツ	17 職員研修
おやつ	シリアル 牛乳	楚辺ポーポー 牛乳	おにぎり 麦茶	バナナマフィン 牛乳	ココア蒸しパン 牛乳	
幼児食	19 麦ごはん チキンのケチャップ煮 (ジャガイモとブロッコリー添え) 中華スープ フルーツ	20 あわご飯 魚の春巻き揚げ カボチャのそぼろあん 白菜とエノキの味噌汁 フルーツ	21 あわご飯 トマト入りオムレツ 昆布イリチー フルーツ 大根とサツマイモの味噌汁	22 ゆかりご飯 チーズハンバーグ ヒジキサラダ(カニ棒・大豆) ココロスープ フルーツ	23 勤労感謝の日	24 味噌すき丼 キュウリの中華風 サラダ菜とベーコンのスープ フルーツ
おやつ	田芋パイ 牛乳	ヨーグルトミルクゼリー クラッカー フルーツ	ホットック ジュース	誕生ケーキ 牛乳		おにぎり 麦茶
幼児食	26 麦ごはん うじら豆腐 ブロッコリーのゴマ味噌和え チムシンジ フルーツ	27 麦ごはん 鶏肉のさっぱり煮 シルバーサラダ フルーツ 白菜入りかき玉スープ	28 カレーうどん キュウリとワカメの酢の物 タムの甘辛煮 フルーツ	29 弁当会	30 麦ごはん サンマのゴマ揚げ ホーレン草と竹輪の白和え ジャガイモとワカメの味噌汁 フルーツ	
おやつ	チキアゲ 牛乳	アップルパンケーキ 牛乳	おにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	オートミールクッキー 牛乳	

平成30年

11月 離乳食予定献立表

玉の子保育園

日	曜日	7~8ヶ月頃 (舌でつぶせる硬さ)	9~11ヶ月頃 (歯茎でつぶせる硬さ)	材 料	おやつ	
1	木	全粥 卵と野菜の軟らか煮 フルーツ キュウリ煮 ゆし豆腐汁	全粥→軟飯 卵と野菜の味噌炒め煮 軟らかキュウリサラダ ゆし豆腐汁 フルーツ	米 卵 豚肉 アーサ ゆし豆腐 キャベツ ニンジン キュウリ コーン缶 ビーマン	蒸しパン ミルク	
2	金	弁 当 会				卵マフィン ミルク
3	土	文 化 の 日				
5	月	全粥 卵と卵黄のマッシュ煮 フルーツ 軟らかキャベツサラダ 野菜スープ	全粥→軟飯 秋野菜汁 モズクスープ 軟らかキャベツサラダ フルーツ	米 卵 卵黄 卵マフィン 粉ミルク ニンジン タマネギ ナス モズク キャベツ	卵マフィン ミルク	
6	火	全粥 白身魚の葛煮 人参シリシリ煮 冬瓜スープ フルーツ	全粥→軟飯 白身魚の味噌汁 フルーツ 人参シリシリ 冬瓜の済まし汁	米 白身魚 ワカメ 卵 ニンジン タマネギ 冬瓜 ブロッコリー	軟らかホットケーキ ミルク	
7	水	全粥 ブロッコリーとシラス煮 野菜スープ 金時豆のペースト フルーツ	全粥→軟飯 ボーレブーンズ 春雨スープ ブロッコリーのシラス絡め フルーツ	米 シラス ホーレン草 タマネギ ブロッコリー 卵 大豆 ニンジン	卵と野菜のおじや ミルク	
8	木	全粥 豆腐のそぼろ煮 トマト軟らか煮 青菜の味噌汁 フルーツ	全粥→軟飯 豆腐のそぼろ煮 フルーツ 野菜の軟らか和え 青菜の味噌汁	米 絹ごし豆腐 卵 ニンジン 小松菜 トマト タマネギ キュウリ	ソーメンの軟らか煮 ミルク	
9	金	全粥 白身魚のトマト煮 野菜の軟らか煮 大根の味噌汁 フルーツ	全粥→軟飯 白身魚のあんかけ フルーツ 野菜の炒め煮 大根の味噌汁	米 白身魚 トマト 卵 ニンジン 赤ビーマン 大根 キャベツ ワカメ	卵と野菜のおじや ミルク	
10	土	全粥 豆腐と野菜の葛煮 卵マッシュ スープ フルーツ	全粥→軟飯 豆腐と野菜の軟らか煮 卵マッシュスープ フルーツ	米 卵 豆腐 卵 ニンジン タマネギ ワカメ	野菜おじや ミルク	
12	月	全粥 卵の葛煮 野菜のスープ煮 卵マシンの味噌煮 スープ フルーツ	全粥→軟飯 卵の軟らか煮 野菜のスープ煮 けんちん汁 フルーツ	米 卵 ニンジン 卵 ブロッコリー 大根 卵マフィン	卵とニンジンおじや ミルク	
13	火	全粥 白身魚の葛煮 野菜の煮浸し 麩と卵のスープ フルーツ	全粥→軟飯 白身魚の軟らか煮 フルーツ 野菜の煮浸し 麩と卵のスープ	米 卵 ホーレン草 ニンジン 大根 麩 卵	蒸しパン ミルク	
14	水	全粥 卵と小松菜の軟らか煮 スープ 卵マシンのマッシュ フルーツ	全粥→軟飯 卵と小松菜の軟らか煮 卵マシンの味噌煮 スープ フルーツ	米 卵 小松菜 コーン缶 卵マフィン	野菜のおじや ミルク	
15	木	全粥 豆腐のそぼろ煮 野菜の葛煮 コンスープ フルーツ	全粥→軟飯 豆腐の軟らか煮 コンスープ 卵と野菜の軟らか煮 フルーツ	米 豆腐 ニンジン 卵 タマネギ コーン缶 赤ビーマン ジャガイロ	卵マフィン ミルク	
16	金	全粥 野菜のシラス和え ボテミルクスープ トマトの軟らか煮 フルーツ	全粥→軟飯 野菜のシラス和え フルーツ ボテミルクスープ 軟らかトマト	米 シラス 育児乳 卵 ジャガイロ タマネギ キュウリ トマト キャベツ ニンジン	卵と野菜のおじや ミルク	
17	土	職 員 研 修				
19	月	全粥 卵の葛煮 野菜のスープ煮 スープ フルーツ	全粥→軟飯 卵とジャガイロの煮物 野菜スープ フルーツ	米 卵 ジャガイロ ブロッコリー ニンジン 白菜 タマネギ	ニンジンおじや ミルク	
20	火	全粥 白身魚と卵の煮物 白菜スープ ニンジンの葛煮 フルーツ	全粥→軟飯 白身魚の軟らか煮 フルーツ 卵のそぼろ煮 白菜スープ	米 白身魚 ニンジン 卵 タマネギ 白菜	蒸しパン ミルク	
21	水	全粥 シラスとトマトの軟らか和え 根菜の軟らか煮 卵マシンスープ フルーツ	全粥→軟飯 シラスとトマトの軟らか和え 根菜の軟らか煮 味噌汁 フルーツ	米 シラス 卵 トマト キャベツ 大根 卵マフィン ニンジン タマネギ	卵と野菜のおじや ミルク	
22	木	全粥 卵と卵黄のマッシュ煮 スープ トマトの軟らか煮 フルーツ	全粥→軟飯 卵と卵黄の煮物 果物 大豆の軟らかサラダ フルーツ	米 卵 卵黄 大豆 トマト ニンジン ブロッコリー タマネギ	軟らかホットケーキ ミルク	
23	金	勤 労 感 謝 の 日				
24	土	全粥 豆腐のそぼろ煮 野菜の葛煮 スープ フルーツ	全粥→軟飯 豆腐のそぼろ煮 フルーツ 野菜の軟らか煮 スープ	米 豆腐 ニンジン 卵 タマネギ 卵 キュウリ サラダ菜	野菜おじや ミルク	
26	月	全粥 卵と野菜の軟らか煮 野菜スープ 野菜の葛煮 フルーツ	全粥→軟飯 豆腐煮 野菜の軟らか煮 味噌汁 フルーツ	米 卵 ブロッコリー 卵 大根 ニンジン 冬瓜	豆腐と野菜のおじや ミルク	
27	火	全粥 卵とブロッコリーの葛煮 フルーツ 白菜スープ	全粥→軟飯 卵とブロッコリーの軟らか煮 キュウリの軟らかサラダ 白菜スープ フルーツ	米 卵 ニンジン シラス キュウリ タマネギ ブロッコリー 白菜	蒸しパン ミルク	
28	水	全粥 卵と野菜の軟らか煮 スープ キュウリの軟らか煮 フルーツ	全粥→軟飯 卵と野菜の軟らか煮 キュウリの軟らか和え スープ フルーツ	米 卵 ニンジン 卵 タマネギ ホーレン草 シラス キュウリ	卵と野菜のお粥 ミルク	
29	木	弁 当 会				卵マフィン ミルク
30	金	全粥 白身魚の葛煮 野菜の軟らか煮 ジャガイロのスープ フルーツ	全粥→軟飯 白身魚の軟らか煮 味噌汁 ホーレン草の軟らか和え フルーツ	米 白身魚 豆腐 ニンジン 卵 ホーレン草 ジャガイロ ワカメ	卵と野菜のおじや ミルク	

平成30年

☆☆☆☆☆

11月 幼児食予定献立表

☆☆☆☆☆

玉の子夜間保育園

	月	火	水	木	金	土
幼児食				1 鶏飯 イカとコーンの天ぷら 大根和風サラダ じゃが芋の味噌汁 フルーツ	2 弁当会	3 文化の日
離乳食				おかゆ 魚と野菜の煮物 軟らか大根サラダ 味噌汁		
幼児食	5 トマトライス スパゲティ-サラダ ゆで卵 味噌汁 フルーツ	6 ご飯 魚フライ 牛肉と南瓜のオイスター炒め レタススープ フルーツ	7 ご飯 豚肉のしょうが焼き ポテトサラダ フルーツ ダイコンと豆腐の味噌汁	8 ご飯 イカフライ 野菜と豆腐のサラダ 冬瓜ンブシー 味噌汁	9 ご飯 はんぺんとアサリの卵焼き 南瓜の煮物 スープ フルーツ	10 ご飯 チキンとマカロニのグラタン キャベツサラダ スープ フルーツ
離乳食	トマトのおじや 軟らかサラダ 味噌汁	おかゆ 魚のくず煮 南瓜のマッシュ レタススープ	おかゆ ささみと野菜の煮物 軟らかポテトサラダ 味噌汁	おかゆ 魚のそぼろ煮 軟らか豆腐サラダ 味噌汁	おかゆ ささみのくず煮 南瓜の煮物 スープ	おかゆ ささみと野菜クリーム煮 軟らかじゃべつサラダ スープ
幼児食	12 ご飯 野菜炒め ポテトサラダ 味噌汁 フルーツ	13 ご飯 ロールキャベツ マカロニサラダ スープ フルーツ	14 ご飯 はんぺんのチーズフライ ブロッコリー-のサラダ スープ フルーツ	15 炊き込みご飯 野菜の煮物 鯖の照り焼き 味噌汁 フルーツ	16 ご飯 豆腐ハンバーグ じゃが芋の煮物 キャベツサラダ 野菜スープ フルーツ	17 職員研修
離乳食	おかゆ ささみと野菜の煮物 軟らかサラダ 味噌汁	おかゆ 魚のくず煮 軟らかじゃべつサラダ スープ	おかゆ クリーム煮 軟らかブロッコリー スープ	おかゆ 魚と野菜の煮物 軟らかサラダ 味噌汁	お粥 豆腐とじゃが芋の煮物 軟らかキャベツサラダ スープ	
幼児食	19 ご飯 鮭の塩焼き フルーツ きんぴらごぼう 胡瓜の和え物 味噌汁	20 野菜カレー トマトサラダ ジュリアンスープ フルーツ	21 ご飯 油林鶏 和え物 クープイリチー 冬瓜の味噌汁 フルーツ	22 五目ご飯 磯辺焼き(ブロッコリー添え) スパゲティ-サラダ 中華スープ フルーツ	23 勤労感謝の日	24 小豆ご飯 魚と野菜のかき揚げ 揚げ出し豆腐 フルーツ トマト和風サラダ 味噌汁
離乳食	おかゆ 魚のくず煮 きゅうりつぶし煮 味噌汁	野菜のおじや 軟らかトマトサラダ スープ	おかゆ ささみと野菜の煮物 軟らかサラダ 味噌汁	おかゆ 魚のそぼろ煮 ブロッコリー-軟らか煮 スープ		
幼児食	26 ハヤシライス ミモザサラダ 中華スープ フルーツ	27 黒米ご飯 鯖のみそ焼き 野菜炒め 胡瓜の和え物 わかめスープ フルーツ	28 からし菜チャーハン カレー肉じゃが 白菜とりんごのサラダ アーサ汁 フルーツ	29 弁当会	30 粟ご飯 ミートローフ フルーツ (キャベツとトマト添え) ブロッコリー-サラダ 卵スープ	
離乳食	ささみ入り野菜おじや 軟らかサラダ スープ	おかゆ 魚と野菜の煮物 胡瓜の軟らか煮 スープ	おかゆ ささみと野菜の煮物 軟らかはくさいサラダ アーサ汁		おかゆ 魚と野菜の煮物 軟らかトマト スープ	