11がつのこんだて

曜日	献立	材料	離乳食	果物
2 （月）	鶏肉と豆腐の煮込み 白菜のおひたし 焼きさつま芋	鶏肉、人参、玉ねぎ、にら、えのき、舞茸、ごぼう、豆腐 人参、白菜 さつま芋	鶏と豆腐の煮込み 白菜のおひたし 焼きさつま芋	バナナ
4 （水）	肉入りうどん 切り干し大根の煮付 いりこ煮	うどん、牛肉、人参、玉ねぎ、えのき、白ねぎ、青ねぎ、うすあげ 人参、切り干し大根、うすあげ いりこ	肉入りうどん 切り干し大根の煮付 しらす	なし
5 （木）	なすのグラタン ブロッコリー コーンのスープ	ベーコン、マカロニ、人参、玉ねぎ、なす、チーズ、バター、小麦粉 ブロッコリー、マヨネーズ 人参、玉ねぎ、しめじ、コーン缶、クリームコーン缶	鶏と野菜の洋風煮 ブロッコリー コーンのスープ	柿
6 （金）	さばのヤンニョム風 チンゲン菜のおひたし 味噌汁	さば、ごま、ごま油、油 人参、チンゲン菜 人参、かぼちゃ、青ねぎ、わかめ、豆腐、うすあげ、キャベツ、しめじ	たらの煮付 チンゲン菜のおひたし 味噌汁	りんご
7 （土）	やきめし わかめスープ	豚肉、人参、玉ねぎ、青ねぎ 人参、もやし、椎茸、青ねぎ、わかめ、ごま油	鶏と野菜のあんかけ 野菜スープ	バナナ
9 （月）	鶏すき焼き ひじき煮 味噌汁	鶏肉、人参、玉ねぎ、白菜、白ねぎ、えのき、糸コン、焼き豆腐 人参、ひじき、うすあげ 人参、青ねぎ、わかめ、うすあげ、なす、えのき	鶏すき焼き ひじき煮 味噌汁	バナナ
10 （火）	ちらし寿司 かぼちゃの煮付 豆腐のすまし汁	えび、ちりめん、卵、人参、竹の子、れんこん、いんげん、高野豆腐、干し椎茸 かぼちゃ、こんにゃく 人参、大根、三つ葉、豆腐	ちらし寿司 かぼちゃの煮付 豆腐のすまし汁	柿
11 （水）	鮭のムニエル キャベツとコーンの煮付 ほうれん草のスープ	鮭、小麦粉、バター、卵、人参、玉ねぎ、きゅうり、マヨネーズ 人参、キャベツ、コーン缶 人参、ほうれん草、しめじ	鮭と野菜のあんかけ キャベツとコーンの煮付 ほうれん草のスープ	りんご
12 （木）	ボールしゅうまい 小松菜ナムル わかめスープ	豚ミンチ、玉ねぎ、白ねぎ、干し椎茸、グリンピース、ごま油 人参、小松菜、ごま、ごま油 人参、もやし、椎茸、青ねぎ、わかめ、ごま油	ボールしゅうまい 小松菜のおひたし 野菜スープ	なし
13 （金）	肉じゃが 高野豆腐の煮付 けんちん汁	牛肉、人参、玉ねぎ、メークイン、いんげん、糸コン 人参、青ねぎ、高野豆腐 豚肉、人参、ごぼう、大根、、青ねぎ、豆腐、うすあげ、こんにゃく	肉じゃが 高野豆腐の煮付 野菜のすまし汁	柿
14 （土）	マーボー丼 中華スープ	合ミンチ、人参、青ねぎ、白ねぎ、豆腐 人参、青ねぎ、チンゲン菜、竹の子、干し椎茸	マーボー丼 野菜スープ	バナナ
16 （月）	鶏と春雨の煮付 なすとうすあげの煮付 味噌汁	鶏肉、人参、キャベツ、いんげん、春雨、厚揚げ 人参、なす、うすあげ 人参、青ねぎ、わかめ、うすあげ、玉ねぎ、舞茸	鶏と野菜の煮付 なすの煮付 味噌汁	バナナ
17 （火）	ハヤシライス ひじきサラダ ピクルス	牛肉、人参、玉ねぎ、メークイン、小麦粉、バター 人参、ひじき、きゅうり、コーン缶、ツナ缶、レモン汁、マヨネーズ 人参、きゅうり	ハヤシライス ひじきサラダ 人参ときゅうりの煮付	りんご

曜日	献立	材料	離乳食	果物
18 （水）	さわらの西京焼き キャベツのおかか和え きのこのすまし汁	さわら 人参、キャベツ、かつお節 人参、しめじ、舞茸、椎茸、えのき、三つ葉、豆腐	たらの煮付 キャベツのおひたし 野菜のすまし汁	柿
19 （木）	マーボーなす もやしの中華あえ 金時豆	合ミンチ、人参、白ねぎ、青ねぎ、なす、厚揚げ ロースハム、人参、きゅうり、もやし、ごま油 金時豆	マーボーなす もやしのおひたし 金時豆	なし
20 （金）	筑前煮 さつま芋のレモン煮 味噌汁	豚肉、人参、竹の子、れんこん、ごぼう、椎茸、いんげん、厚揚げ、こんにゃく さつま芋、レモン汁 人参、青ねぎ、わかめ、うすあげ、白ねぎ、しめじ	豚肉と野菜の煮付 さつま芋のレモン煮 味噌汁	りんご
21 （土）	焼きとり丼 味噌汁	鶏肉、白ねぎ 人参、かぼちゃ、青ねぎ、わかめ、豆腐、うすあげ	鶏のあんかけ丼 味噌汁	バナナ
24 （火）	肉豆腐 なすの中華あえ いりこ	豚肉、人参、玉ねぎ、えのき、椎茸、竹の子、白ねぎ、豆腐、糸コン 人参、なす、ごま油 いりこ	肉豆腐 なすの中華和え しらす	バナナ
25 （水）	白身魚のもみじ焼き 小松菜の煮付 味噌汁	たら、小麦粉、人参、マヨネーズ、油 人参、小松菜、うすあげ 人参、かぼちゃ、青ねぎ、わかめ、豆腐、うすあげ、れんこん、えのき	白身魚の煮付 小松菜の煮付 味噌汁	なし
26 （木）	スコップコロッケ ブロッコリーのおひたし コンソメスープ	合ミンチ、人参、玉ねぎ、メークイン、無調整豆乳、パン粉 人参、ブロッコリー 人参、玉ねぎ、ピーマン、セロリ	スコップコロッケ ブロッコリーのおひたし 野菜スープ	柿
27 （金）	鶏のから揚げ もやしのおひたし 中華スープ	鶏肉、小麦粉、油 ロースハム、人参、きゅうり、もやし 人参、青ねぎ、チンゲン菜、竹の子、干し椎茸	鶏の煮付 もやしのおひたし 野菜スープ	りんご
28 （土）	中華丼 五目スープ	豚肉、人参、玉ねぎ、キャベツ、ごま油 人参、竹の子、椎茸、青ねぎ、豆腐	豚と野菜のあんかけ丼 野菜スープ	バナナ
30 （月）	ぶりの照り焼き ほうれん草のおひたし 味噌汁	ぶり 人参、ほうれん草 人参、かぼちゃ、青ねぎ、わかめ、豆腐、うすあげ、なす、しめじ	たらの煮付 ほうれん草のおひたし 味噌汁	柿

