令和8年10月31日発行
大塚第二保育園

11月　離乳食献立表

日	曜	10時おやつ（後期のみ）	昼食（中期・後期）	3時おやつ（後期のみ）
2 16	月	キウイフルーツ	おかゆ・みそ汁 鶏ひき肉とピーマンの煮物	焼きいも
4	水	みかん缶	おかゆ・清汁 白身魚のムニエル	カップケーキ
5 19	木	もも缶	おかゆ・キャロットスープ 鶏ひき肉とブロッコリーのうま煮	きな粉プリン
6 20	金	パイン缶	おかゆ・さつまいものみそ汁 白身魚の煮付	米粉蒸しパン
7 21	土	せんべい	煮込みうどん・バナナ	カップケーキ
9	月	ビスケット	おかゆ・野菜スープ 白身魚の野菜あんかけ	豆乳プリン
10 24	火	バナナ	おかゆ・清汁 鶏ひき肉と大根のやわらか煮	マフィン
11 25	水	もも缶	おかゆ・野菜スープ 和風ハンバーグ	みかん
12 26	木	キウイフルーツ	おかゆ・白菜のみそ汁 豆腐と野菜のうま煮	かぼちゃケーキ
13 27	金	ビスケット	おかゆ・野菜スープ 鶏ひき肉とブロッコリーの煮物	おじや
14 28	土	せんべい	煮込みうどん・バナナ	クッキー
17 30	火	せんべい	おかゆ・野菜スープ 豆腐のそぼろ煮	おからマフィン
18	水	ビスケット	おかゆ・清汁 やわらかハンバーグ	蒸しパン

乾物は、実は離乳食の味わいや栄養の幅が広がる名脇役です。離乳食に足すだけで風味や舌触りも変わり、赤ちゃんもいろいろな味にふれることができます。かつおぶし、焼きのり、ひじき、きな粉など手軽に取り入れやすいものが多いので、いつもの離乳食に“ちょい足し”してみてはいかがでしょうか。粉ミルクやフォローアップミルクを調理に使うのもおすすめです♪