



11月の離乳食献立予定表



令和7年11月1日
こぼろしこども園

日	曜日	後期献立名(午前食) ※初期、中期食は後期食の献立をもとに作っています。	主な食材
1	土	軟飯、ベビーカレー、キャベツの和え物、野菜スープ	米、鶏ささみひき肉、キャベツ、玉ねぎ、かぼちゃ、にんじん、じゃがいも、大根、小松菜
4	火	軟飯、チキンのトマト煮、ブロッコリーのサラダ、ミルクスープ	米、鶏ささみひき肉、トマト、ブロッコリー、粉ミルク、キャベツ、玉ねぎ、きゅうり
5	水	軟飯、豆腐の野菜あんかけ、大根の和え物、白菜のみそ汁	米、豆腐、玉ねぎ、パン粉、大根、にんじん、白菜、さつまいも、キャベツ、きゅうり
6	木	軟飯、白身魚のみそ煮、切干大根のやわらか煮、大根のすまし汁	米、白身魚、切干大根、にんじん、大根、ほうれん草、ねぎ
7	金	軟飯、鶏肉のコーンソースかけ、白菜のうま煮、トマトスープ	米、鶏ささみひき肉、コーンクリーム、玉ねぎ、にんじん、白菜、トマト、キャベツ
8	土	軟飯、じゃがいものそぼろ煮、コロコロサラダ、白菜のみそ汁	米、鶏ささみひき肉、じゃがいも、白菜、にんじん、玉ねぎ、わかめ
10	月	にんじんがゆ、白身魚のパン粉焼き、キャベツのサラダ、豆腐のスープ	米、にんじん、白身魚、パン粉、キャベツ、豆腐、ブロッコリー、大根、ほうれん草
11	火	軟飯、豆腐ステーキ、ポテトサラダ、コロコロスープ	米、豆腐、じゃがいも、にんじん、玉ねぎ、ほうれん草、キャベツ、大根
12	水	軟飯、秋野菜のミルクソース煮、キャベツの和え物、かぶのスープ	米、鶏ささみひき肉、粉ミルク、にんじん、さつまいも、キャベツ、かぶ、玉ねぎ
13	木	軟飯、鶏団子の野菜煮、切干大根の和え物、大根のみそ汁	米、鶏ささみひき肉、切干大根、大根、ねぎ、キャベツ、小松菜、万能ねぎ
14	金	軟飯、白身魚の照り焼き、ブロッコリーの和え物、すまし汁	米、白身魚、ブロッコリー、にんじん、カリフラワー、キャベツ、豆麴
15	土	軟飯、豆腐のうま煮、キャベツの和え物、玉ねぎのスープ	米、豆腐、キャベツ、玉ねぎ、もやし、にんじん、きゅうり
17	月	軟飯、肉団子のトマト煮、フレンチサラダ、ほうれん草のスープ	米、鶏ささみひき肉、トマト、玉ねぎ、にんじん、ほうれん草、ブロッコリー、白菜
18	火	軟飯、白身魚の野菜あんかけ、大根のうま煮、かぼちゃのみそ汁	米、白身魚、にんじん、玉ねぎ、大根、かぼちゃ、小松菜、万能ねぎ
19	水	軟飯、豆腐ステーキ、ほうれん草の和え物、玉ねぎのスープ	米、豆腐、ほうれん草、にんじん、玉ねぎ、ねぎ、キャベツ、チンゲン菜
20	木	にんじんがゆ、鶏バーグ、ブロッコリーのサラダ、すまし汁	米、にんじん、鶏ささみひき肉、ブロッコリー、玉ねぎ、さつまいも、白菜、キャベツ
21	金	軟飯、3目納豆、白菜の和え物、小松菜のみそ汁	米、納豆、白菜、にんじん、ねぎ、キャベツ、きゅうり、小松菜、万能ねぎ
22	土	軟飯、肉豆腐、キャベツの柔らか煮、大根のみそ汁	米、鶏ささみひき肉、キャベツ、にんじん、大根、豆腐、切干大根、きゅうり、ほうれん草
25	火	軟飯、ベビー八宝菜、ブロッコリーの和え物、白菜のスープ	米、鶏ささみひき肉、にんじん、ブロッコリー、白菜、玉ねぎ、チンゲン菜、レタス
26	水	軟飯、鶏バーグのミルク煮、コロコロサラダ、トマトのスープ	米、鶏ささみひき肉、粉ミルク、トマト、ブロッコリー、キャベツ、きゅうり、白菜
27	木	軟飯、白身魚のみそ煮、さつまいものサラダ、大根のすまし汁	米、白身魚、さつまいも、だいこん、ブロッコリー、レタス、ねぎ
28	金	軟飯、ベビーカレー、ポテトサラダ、レタスのスープ	米、かぼちゃ、鶏ささみひき肉、じゃがいも、にんじん、レタス、玉ねぎ
29	土	軟飯、豆腐のうま煮、キャベツの和え物、大根のスープ	米、豆腐、キャベツ、大根、玉ねぎ、にんじん、きゅうり、万能ねぎ

後期食になったら手づかみ食べ！！

後期食くらいになると、自分の手を使って食事をするようになってきます。お母さんにとっては、せっかく作ったのに半分以上こぼしたり、床に落ちたりすると、少しがっかりしてしまいがちですが、赤ちゃんにとってはとても大切なことなのです。手づかみで食べ物をつかむことによって、**手で食べ物の形や固さを感じ、食べる意欲を育てます。**また、食べ物を口に運ぶ動きが、スプーンを口に運ぶ動きにつながり、手で道具を使う知恵と力を身に付けます。片づけは大変ですが、赤ちゃんの育ちと捉えて、温かく見守りましょう。**半月切りの野菜やパンなどは手に持たせやすくおすすめです。**

