

# 令和7年11月 離乳食だより

2025年11月

常盤学園保育所

| 日付    | 時間帯   | 完了期                                         | 後期                                                        | 中期                                                        | 初期                                                    |
|-------|-------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| 01(土) | 午前おやつ | 牛乳                                          |                                                           |                                                           |                                                       |
|       | 昼食    | ごはん<br>ビーフンチャンボン<br>キャベツのおかか和え              | 5倍かゆ<br>吉野煮(きゃべつ)・後<br>味噌汁(白菜)・後<br>ミルク・後                 | 7倍かゆ<br>吉野煮(きゃべつ)・中<br>味噌汁(白菜)・中<br>ミルク・中                 | 10倍かゆ<br>吉野煮(きゃべつ)・初<br>白菜の汁物・初<br>ミルク・初              |
| 04(火) | 午後おやつ | 牛乳<br>りんご煮<br>ふかし芋・離                        | ミルク・後<br>りんご煮<br>ふかし芋・離                                   | ミルク・中<br>りんご煮<br>ふかし芋・離                                   | ミルク・初<br>りんご煮                                         |
|       | 午前おやつ | 牛乳                                          |                                                           |                                                           |                                                       |
| 05(水) | 昼食    | ごはん<br>白身魚の味噌焼き<br>もやしと人参のお浸し<br>揚げと野菜のすまし汁 | 5倍かゆ<br>白身魚の味噌煮・後<br>煮びたし(玉葱)・後<br>すまし汁・後<br>ミルク・後        | 7倍かゆ<br>白身魚の味噌煮・中<br>煮びたし(玉葱)・中<br>すまし汁・中<br>ミルク・中        | 10倍かゆ<br>白身魚の煮付け・初<br>煮びたし(キャベツ)・初<br>すまし汁・初<br>ミルク・初 |
|       | 午後おやつ | 牛乳<br>にんじんゼリー・離<br>ハイハイン プレーン(1個)・離         | ミルク・後<br>にんじんゼリー・離<br>ハイハイン プレーン(1個)・離                    | ミルク・中<br>にんじんゼリー・離<br>ハイハイン プレーン(1個)・離                    | ミルク・初<br>りんご煮                                         |
| 06(木) | 午前おやつ | 牛乳                                          |                                                           |                                                           |                                                       |
|       | 昼食    | ごはん<br>鶏の桑焼<br>ごま和え<br>豆腐のすまし汁              | 5倍かゆ<br>炊き合わせ(ささみじゃが)・後<br>豆腐のすまし汁・後<br>ミルク・後             | 7倍かゆ<br>炊き合わせ(ささみじゃが)・中<br>味噌汁(キャ・玉)・中<br>ミルク・中           | 10倍かゆ<br>炊き合わせ(じゃが芋・凍)・初<br>豆腐の汁物・初<br>ミルク・初          |
| 07(金) | 午後おやつ | 牛乳<br>お子様せんべい(1枚)・離<br>りんごとさつま芋の重ね煮・離       | ミルク・後<br>お子様せんべい(1枚)・離<br>りんごとさつま芋の重ね煮・離                  | ミルク・中<br>お子様せんべい(1枚)・離<br>りんごとさつま芋の重ね煮・離                  | ミルク・初<br>りんご煮                                         |
|       | 午前おやつ | 牛乳                                          |                                                           |                                                           |                                                       |
| 08(土) | 昼食    | ごはん<br>鶏の桑焼<br>ごま和え<br>豆腐のすまし汁              | 5倍かゆ<br>炊き合わせ(ささみじゃが)・後<br>豆腐のすまし汁・後<br>ミルク・後             | 7倍かゆ<br>炊き合わせ(ささみじゃが)・中<br>味噌汁(キャ・玉)・中<br>ミルク・中           | 10倍かゆ<br>炊き合わせ(じゃが芋・凍)・初<br>豆腐の汁物・初<br>ミルク・初          |
|       | 午後おやつ | 牛乳<br>りんご煮<br>蒸しパン・離                        | ミルク・後<br>りんご煮<br>蒸しパン・離                                   | ミルク・中<br>りんご煮<br>蒸しパン・離                                   | ミルク・初<br>りんご煮                                         |
| 09(日) | 午前おやつ | 牛乳                                          |                                                           |                                                           |                                                       |
|       | 昼食    | ごはん<br>酢豚<br>中華スープ                          | 5倍かゆ<br>野菜のやわらか煮(玉葱)・後<br>スープ・後<br>ミルク・後                  | 7倍かゆ<br>野菜のやわらか煮(玉葱)・中<br>スープ・中<br>ミルク・中                  | 10倍かゆ<br>野菜のやわらか煮(玉葱・凍豆)・初<br>スープ・初<br>ミルク・初          |
| 10(月) | 午後おやつ | 牛乳<br>りんご煮<br>ホットケーキ・離                      | ミルク・後<br>りんご煮<br>ホットケーキ・離                                 | ミルク・中<br>りんご煮<br>ホットケーキ・離                                 | ミルク・初<br>りんご煮                                         |
|       | 午前おやつ | 牛乳                                          |                                                           |                                                           |                                                       |
| 11(火) | 昼食    | ごはん<br>鶏肉のカレー野菜炒め<br>豆腐の味噌汁                 | 5倍かゆ<br>豆腐の野菜あんかけ(キャベツ)・後<br>味噌汁(白・人)・後<br>ミルク・後          | 7倍かゆ<br>豆腐の野菜あんかけ(キャベツ)・中<br>味噌汁(白・人)・中<br>ミルク・中          | 10倍かゆ<br>豆腐の野菜あんかけ・初<br>キャベツの汁物・初<br>ミルク・初            |
|       | 午後おやつ | 牛乳<br>りんご煮<br>ふかし芋・離                        | ミルク・後<br>りんご煮<br>ふかし芋・離                                   | ミルク・中<br>りんご煮<br>ふかし芋・離                                   | ミルク・初<br>りんご煮                                         |
| 12(水) | 午前おやつ | 牛乳                                          |                                                           |                                                           |                                                       |
|       | 昼食    | ごはん<br>ハヤシ<br>ツナサラダ                         | 5倍かゆ<br>豚じゃが・後<br>味噌汁(キャ・人)・後<br>ミルク・後                    | 7倍かゆ<br>豚じゃが・中<br>味噌汁(キャ・人)・中<br>ミルク・中                    | 10倍かゆ<br>吉野煮(じゃがいも)・初<br>キャベツの汁物・初<br>ミルク・初           |
| 13(木) | 午後おやつ | 牛乳<br>りんご煮<br>さつま芋入り蒸しパン・離                  | ミルク・後<br>りんご煮<br>さつま芋入り蒸しパン・離                             | ミルク・中<br>りんご煮<br>さつま芋入り蒸しパン・離                             | ミルク・初<br>りんご煮                                         |
|       | 午前おやつ | 牛乳                                          |                                                           |                                                           |                                                       |
| 14(金) | 昼食    | 肉みそ(井)<br>けんちん汁                             | 5倍かゆ<br>炊き合わせ(じゃがいも)・後<br>すまし汁・後<br>ミルク・後                 | 7倍かゆ<br>炊き合わせ(じゃがいも)・中<br>すまし汁・中<br>ミルク・中                 | 10倍かゆ<br>炊き合わせ(じゃが芋・凍)・初<br>すまし汁・初<br>ミルク・初           |
|       | 午後おやつ | 牛乳<br>かぼちゃゼリー・離<br>ハイハイン プレーン(1個)・離         | ミルク・後<br>かぼちゃゼリー・離<br>ハイハイン プレーン(1個)・離                    | ミルク・中<br>かぼちゃゼリー・離<br>ハイハイン プレーン(1個)・離                    | ミルク・初<br>りんご煮                                         |
| 15(土) | 午前おやつ | 牛乳                                          |                                                           |                                                           |                                                       |
|       | 昼食    | ごはん<br>五目大豆煮<br>さつま芋の味噌汁                    | 5倍かゆ<br>吉野煮(たまねぎ)・後<br>味噌汁(さつま芋)・後<br>ミルク・後               | 7倍かゆ<br>吉野煮(たまねぎ)・中<br>味噌汁(さつま芋)・中<br>ミルク・中               | 10倍かゆ<br>吉野煮(たまねぎ)・初<br>さつま芋の汁物・初<br>ミルク・初            |
| 16(日) | 午後おやつ | 牛乳<br>りんごとにんじんの重ね煮・離<br>お子様せんべい(1枚)・離       | ミルク・後<br>りんごとにんじんの重ね煮・離<br>お子様せんべい(1枚)・離                  | ミルク・中<br>りんごとにんじんの重ね煮・離<br>お子様せんべい(1枚)・離                  | ミルク・初<br>りんご煮                                         |
|       | 午前おやつ | 牛乳                                          |                                                           |                                                           |                                                       |
| 17(月) | 昼食    | ごはん<br>鶏肉のマーマレード焼き<br>ドレッシングサラダ<br>きのこスープ   | 5倍かゆ<br>ささみやわらか煮・後<br>煮びたし(キャベツ)・後<br>スープ(じゃが)・後<br>ミルク・後 | 7倍かゆ<br>ささみやわらか煮・中<br>煮びたし(キャベツ)・中<br>スープ(じゃが)・中<br>ミルク・中 | 10倍かゆ<br>炊き合わせ(キャベツ・凍豆)・初<br>スープ(じゃが)・初<br>ミルク・初      |
|       | 午後おやつ | 牛乳<br>りんご煮<br>おやき(さつま芋)・離                   | ミルク・後<br>りんご煮<br>おやき(さつま芋)・離                              | ミルク・中<br>りんご煮<br>おやき(さつま芋)・離                              | ミルク・初<br>りんご煮                                         |
| 18(火) | 午前おやつ | 牛乳                                          |                                                           |                                                           |                                                       |
|       | 昼食    | ごはん<br>ちくわの磯辺揚げ<br>白菜のお浸し<br>玉葱の味噌汁         | 5倍かゆ<br>白身魚の野菜あんかけ・後<br>味噌汁(玉ねぎ)・後<br>ミルク・後               | 7倍かゆ<br>白身魚の野菜あんかけ・中<br>味噌汁(玉ねぎ)・中<br>ミルク・中               | 10倍かゆ<br>白身魚の野菜あんかけ・初<br>玉ねぎの汁物・初<br>ミルク・初            |
| 19(水) | 午後おやつ | 牛乳<br>りんご煮<br>ホットケーキ・離                      | ミルク・後<br>りんご煮<br>ホットケーキ・離                                 | ミルク・中<br>りんご煮<br>ホットケーキ・離                                 | ミルク・初<br>りんご煮                                         |
|       | 午前おやつ | 牛乳                                          |                                                           |                                                           |                                                       |
| 20(木) | 昼食    | ごはん<br>ビーフンチャンボン<br>キャベツのおかか和え              | 5倍かゆ<br>吉野煮(きゃべつ)・後<br>味噌汁(白菜)・後<br>ミルク・後                 | 7倍かゆ<br>吉野煮(きゃべつ)・中<br>味噌汁(白菜)・中<br>ミルク・中                 | 10倍かゆ<br>吉野煮(きゃべつ)・初<br>白菜の汁物・初<br>ミルク・初              |
|       | 午後おやつ | 牛乳<br>りんご煮<br>ふかし芋・離                        | ミルク・後<br>りんご煮<br>ふかし芋・離                                   | ミルク・中<br>りんご煮<br>ふかし芋・離                                   | ミルク・初<br>りんご煮                                         |