

もぐもぐ☆かみかみだより 11月

	もぐもぐ(7・8ヶ月)	かみかみ(9～11ヶ月)	かみ食 おやつ
1	金 おかゆ クリーム煮(人参 玉ねぎ さつま芋) あんかけに(しらす 人参 ブロッコリー)	軟飯 クリーム煮 あんかけに	きなこ蒸しパン
2	土 煮込みうどん(うどん 人参 玉ねぎ ふ)	煮込みうどん	
5	火 おかゆ 豆腐のあんかけに(豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋) やわらかに(ブロッコリー キャベツ 人参)	軟飯 豆腐のあんかけに やわらかに	せんべい
6	水 おかゆ 煮豆(大豆 人参 さつま芋) 肉団子スープ(鶏ひき肉 ブロッコリー 人参)	軟飯 煮豆 肉団子スープ	豆乳もち
7	木 おかゆ 豆腐ハンバーグ(豆腐 鶏ひき肉 人参 きゅうり) みそ汁(キャベツ 人参 ふ)	軟飯 豆腐ハンバーグ みそ汁	ビスケット
8	金 おかゆ 魚のあんかけに(白身魚 キャベツ きゅうり 人参) みそ汁(人参 玉ねぎ かぼちゃ)	軟飯 魚のあんかけに みそ汁	おにまんじゅう
9	土 煮込みうどん(うどん 人参 白菜 わかめ ふ)	煮込みうどん	
11	月 おかゆ クリーム煮(人参 キャベツ 玉ねぎ ささ身 チーズ) かぼちゃサラダ(かぼちゃ 玉ねぎ)	軟飯 クリーム煮 かぼちゃサラダ	せんべい
12	火 おかゆ 野菜のあんかけに(さつまいも 玉ねぎ 人参 わかめ) みそ汁(大根 人参 豆腐)	軟飯 野菜のあんかけに みそ汁	パン
13	水 おかゆ マーボー豆腐(豆腐 人参 ビーマン ねぎ とりひき肉) じゃが芋のお焼き(きゅうり じゃが芋 人参 チーズ)	軟飯 マーボー豆腐 じゃが芋のお焼き	かぼちゃ入り 蒸しパン
14	木 おかゆ ささ身のあんかけに(ささみ 人参 キャベツ 玉ねぎ) かぼちゃの煮物(かぼちゃ)	軟飯 ささ身のあんかけに かぼちゃの煮物	ビスケット
15	金 おかゆ 魚のあんかけに(白身魚 人参 玉ねぎ) 野菜スープ(人参 玉ねぎ じゃが芋 チンゲン菜)	軟飯 魚のあんかけに 野菜スープ	マフィン
16	土 煮込みうどん(うどん キャベツ 人参 ふ)	煮込みうどん	
18	月 おかゆ 肉団子スープ(鶏ひき肉 人参 玉ねぎ キャベツ) ポトフサラダ(じゃが芋 人参 きゅうり チーズ)	軟飯 肉団子スープ ポトフサラダ	せんべい
19	火 おかゆ 魚のあんかけに(白身魚 きゅうり 人参) さつま汁(さつま芋 人参 だいこん)	軟飯 魚のあんかけに さつま汁	ウエハース
20	水 おかゆ えどっこに(大豆 人参 ふ さつま芋) やわらかに(人参 小松菜 キャベツ しらす)	軟飯 えどっこに やわらかに	マフィン
21	木 おかゆ ポテトスープ(じゃが芋 玉ねぎ 人参) 鶏肉クリーム煮(鶏ひき肉 人参 玉ねぎ ブロッコリー)	軟飯 ポテトスープ 鶏肉のクリーム煮	パン
22	金 おかゆ 野菜のあんかけに(さつまいも 玉ねぎ 人参 ささ身) 豆腐スープ(豆腐 人参 小松菜)	軟飯 野菜のあんかけに 豆腐スープ	せんべい
25	月 パン かぼちゃグラタン(かぼちゃ 玉ねぎ 鶏むね肉) ポトフ(じゃが芋 玉ねぎ キャベツ 人参)	パン かぼちゃグラタン ポトフ	茶巾しぼり
26	火 おかゆ ふの煮物(ふ 人参 玉ねぎ さつま芋) しらすのあんかけに(人参 ブロッコリー しらす)	軟飯 ふの煮物 しらすのあんかけに	せんべい
27	水 おかゆ ハンバーグ(鶏ひき肉 キャベツ 人参) みそ汁(大根 人参 じゃが芋)	軟飯 ハンバーグ みそ汁	ヨーグルト
28	木 おかゆ 魚のホイル焼き(白身魚 キャベツ 人参 チーズ) みそ汁(大根 人参 ふ かぼちゃ)	軟飯 魚のホイル焼き みそ汁	スティックケーキ
29	金 おかゆ かぼちゃサラダ(かぼちゃ きゅうり 人参 チーズ) ふの煮物(ふ 人参 玉ねぎ じゃが芋 小松菜 鶏ひき肉)	軟飯 ふの煮物 かぼちゃサラダ	パン
30	土 パン みそポトフ(人参 玉ねぎ じゃが芋 小松菜 ささ身)	パン みそポトフ	