



令和2年度 11月分 献立表 株式会社アルタナーサリー



日 ／ 曜	初期 (5~6ヶ月頃) なめらかにすりつぶした状態 ※たんぱく源は6ヶ月から	中期 (7~8ヶ月頃) 舌でつぶせる固さ	後期 (9~11ヶ月頃) 歯ぐきでつぶせる固さ
2 ・ 月 16	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (小松菜 キャベツ 人参)	やわらか粥 野菜のつぶし煮 (キャベツ 人参 かぼちゃ) 味噌汁 (小松菜 人参)	お粥 野菜の煮物 (キャベツ 人参 かぼちゃ) 味噌汁 (小松菜 人参)
4 ・ 水 18	つぶし粥 野菜のマッシュ (人参 玉葱 さつま芋)	やわらか粥 とろとろシチュー (鶏肉 人参 玉葱 さつま芋) 果物 (バナナ)	お粥 シチュー (鶏肉 人参 玉葱 さつま芋) きざみ果物 (バナナ)
5 ・ 木 19	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (さつま芋 玉葱 人参)	やわらか粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 (鶏肉 玉葱 人参) 味噌汁 (さつま芋)	お粥 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉 玉葱 人参) 味噌汁 (さつま芋)
6 ・ 金 20	つぶし粥 白身魚と野菜のつぶし煮 (白身魚 玉葱 人参)	やわらか粥 白身魚と野菜のつぶし味噌煮 (白身魚 玉葱 人参) すまし汁 (ほうれん草 大根)	お粥 白身魚と野菜の味噌煮 (白身魚 玉葱 人参) すまし汁 (ほうれん草 大根)
7 ・ 土 21	つぶし粥 野菜のマッシュ (さつま芋 玉葱 人参)	やわらか粥 とろとろ芋煮 (豚肉 さつま芋 玉葱) つぶし果物 (バナナ)	お粥 芋煮 (豚肉 さつま芋 玉葱) 刻み果物 (バナナ)
9 ・ 月 30	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 (豆腐 白菜 人参)	やわらか粥 豆腐ステーキとろとろ野菜あん (豆腐 人参 白菜) 味噌汁 (小松菜 玉葱)	お粥 豆腐ステーキ野菜あん (豆腐 人参 白菜) 味噌汁 (小松菜 玉葱)
10 17 24 火	つぶし粥 白身魚と野菜のつぶし煮 (白身魚 キャベツ 人参)	やわらか粥 白身魚と野菜のつぶし味噌煮 (白身魚 キャベツ 人参) すまし汁 (大根 さつま芋)	お粥 白身魚と野菜の味噌煮 (白身魚 キャベツ 人参) すまし汁 (大根 さつま芋)
11 ・ 水 25	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 (豆腐 じゃが芋 人参)	やわらか粥 豆腐と野菜のつぶし味噌煮 (豆腐 じゃが芋 人参) スープ (小松菜 玉葱)	お粥 豆腐と野菜の味噌煮 (豆腐 じゃが芋 人参) スープ (小松菜 玉葱)
12 ・ 木 26	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (キャベツ 玉葱 人参)	やわらか粥 野菜のふわふわ卵黄とじ (人参 玉葱 卵黄) 味噌汁 (キャベツ 玉葱)	お粥 野菜の卵とじ (人参 玉葱 卵) 味噌汁 (キャベツ 玉葱)
13 ・ 金 27	やわらか粥 豆腐と野菜のつぶし煮 (豆腐 じゃが芋 人参)	やわらか粥 豆腐と野菜のつぶし煮 (豆腐 人参 じゃが芋) 味噌汁 (小松菜 玉葱)	お粥 豆腐と野菜の煮物 (豆腐 人参 じゃが芋) 味噌汁 (小松菜 玉葱)
14 ・ 土 28	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (そうめん ほうれん草 人参)	やわらか粥 くたくたにゆうめん (そうめん 玉ねぎ 人参) つぶし果実 (バナナ)	お粥 にゆうめん (そうめん 玉ねぎ 人参) きざみ果実 (バナナ)
誕生会	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (人参 白菜 玉葱)	やわらか粥 マカロニと豚肉のとろとろトマト煮 (豚ひき肉 人参 白菜 トマト) スープ (わかめ 玉葱)	お粥 マカロニと豚肉のトマト煮 (豚ひき肉 人参 白菜 トマト) スープ (わかめ 玉葱)

【注意点】

- 1、卵は後期でもアレルギーが出てしまうことが有る為、完了食からになります
- 2、食品の納入の兼ね合いで食材が一部変更になることもあります
- 3、お魚は初期はタラ、中期以降はタラかサケの提供をさせていただきます