12月離乳食献立表

四つ木なかよし保育園

日にち		曜日	5～6ヶ月 午前	7～8ヶ月 午前	7～8ヶ月 午後	9～12ヶ月 午前	9～12ヶ月 午後	12～18ヶ月	12～18ヶ月 おやつ
1	15	金	おもゆ 野菜のペースト ミルク	海苔粥　魚のあんかけ 青菜の煮浸し　みそ汁 ミルク	7倍粥　キャベツスープ マカロニのミルク煮　人参煮 ミルク	海苔粥　焼き魚 青菜の煮浸し　みそ汁 ミルク	5倍粥　キャベツスープ マカロニのミルク煮　スティック人参 ミルク	海苔の佃煮ご飯　みそ汁 ぶりの照り焼き　果物 小松菜のおかか和え	マカロニのクリーム煮 牛乳
2	16	土	おもゆ 野菜のペースト ミルク	トマト風味うどん いんげん煮　オニオンスープ ミルク	しらすがゆ　海苔ｽｰﾌﾟ 白菜煮 ミルク	トマト風味パスタ スティックいんげん　オニオンスープ ミルク	しらすがゆ　海苔ｽｰﾌﾟ 白菜煮 ミルク	ﾐｰﾄｿｰｽｽﾊﾟｹﾞｯﾃｨｰ 白菜サラダ　オニオンスープ ヨーグルト	しらすおにぎり 麦茶
4	18	月	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥　みそスープ 玉葱のそぼろ煮　いんげん煮 ミルク	きな粉がゆ　きゅうりスープ ツナと人参煮　青菜の煮浸し ミルク	5倍粥　スティックいんげん 玉葱のそぼろ煮　みそスープ ミルク	きな粉がゆ　きゅうりスープ ツナと人参煮　青菜の煮浸し ミルク	麦ご飯　みそ汁 豚肉の生姜焼き　果物 いんげんのごま和え	きな粉がゆ 牛乳
5	19	火	野菜のペースト おもゆ ミルク	野菜うどん　白菜煮 鶏団子煮 ミルク	わかめ粥　ねぎスープ しらすときゅうり煮　キャベツ煮 ミルク	野菜うどん　白菜煮 鶏団子煮 ミルク	わかめ粥　ねぎスープ しらすときゅうり煮　キャベツ煮 ミルク	ちゃんぽん　焼き餃子 中華風きゅうり 果物	わかめご飯おにぎり 牛乳
6	20	水	野菜のペースト おもゆ ミルク	ひじき粥　魚のトマト煮 青菜とｺｰﾝ煮　みそスープ みかん果汁　ミルク	チーズ粥　豆腐のそぼろ煮 じゃが芋煮　玉葱スープ ミルク	ひじき粥　魚のトマト煮 青菜とｺｰﾝ煮　みそスープ みかん果汁　ミルク	チーズ粥　豆腐のそぼろ煮 じゃが芋煮　玉葱スープ ミルク	ひじきふりかけご飯 白身魚のｿﾃｰ　なめこ汁 青菜のｿﾃｰ　果物	じゃが芋のそぼろ煮 牛乳
7	21	木	野菜のペースト おもゆ ミルク	7倍粥　ささみときゅうり煮 人参煮　みそスープ ミルク	7倍粥　きゃべつとお麸煮 かぶ煮　卵スープ バナナ煮　ミルク	5倍粥　ささみときゅうり煮 人参煮　みそスープ ミルク	5倍粥　きゃべつとお麸煮 かぶ煮　卵スープ バナナ煮　ミルク	ご飯　鶏肉の変わり焼き 切干大根煮物 すまし汁　果物	お好み焼 牛乳
8		金	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥　わかめみそスープ 鶏ささみ煮　茹でﾌﾞﾛｯｺﾘｰ ミルク	ﾊﾟﾝ粥　しめじｽｰﾌﾟ ツナと玉ねぎ煮　人参甘煮 ミルク	5倍粥　わかめみそスープ 鶏ささみ煮　茹でﾌﾞﾛｯｺﾘｰ ミルク	トースト　しめじｽｰﾌﾟ ツナと玉ねぎ煮　人参甘煮 ミルク	ご飯　トンテキ 温野菜　みそ汁 果物	トースト・ツナ和え 牛乳
9		土	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥　コーンスープ 豆腐のそぼろ煮 ミルク	ﾊﾟﾝ粥　もやしｽｰﾌﾟ ささみときゅうり煮 ミルク	5倍粥　コーンスープ 豆腐のそぼろ煮 ミルク	トースト　もやしｽｰﾌﾟ ささみときゅうり煮 ミルク	ご飯　マーボー豆腐 もやしの甘酢和え 中華コーンスプ　果物	ジャムトースト 牛乳
11	25	月	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥　鶏団子煮 人参とひじき煮　みそスープ ミルク	7倍粥　豆腐とささみ煮 青菜の煮浸し　ねぎスープ ミルク	5倍粥　鶏団子煮 人参とひじき煮　みそスープ コーンスープ、ミルク	5倍粥　豆腐とささみ煮 青菜の煮浸し　ねぎスープ ミルク	五目ご飯　みそ汁 シャキシャキつくね 人参金平　果物	チーズのﾊﾟﾝｹｰｷ 牛乳
12	26	火	おもゆ 野菜のペースト ミルク	鶏うどん　さつま芋の甘煮 きゅうり煮　すりおろしりんご ミルク	海苔粥　人参スープ 卵とじ　キャベツ煮 ミルク	鶏うどん　さつま芋の甘煮 きゅうり煮　りんご煮 ミルク	海苔粥　人参スープ 卵とじ　キャベツ煮 ミルク	親子南蛮うどん さつま芋の甘煮 即席漬け　果物	納豆焼きごはん 牛乳
13	27	水	野菜のペースト おもゆ ミルク	7倍粥　かぶスープ かれい煮　人参煮 ミルク	ﾊﾟﾝ粥　すまし汁 ささみと大根煮　いんげん煮 ミルク	5倍粥　かぶスープ かれい煮　人参煮 ミルク	トースト　すまし汁 ささみと大根煮　スティックいんげん ミルク	麦ご飯　鮭のムニエル 豚肉とごぼう煮 みそ汁　果物	ジャムパン 牛乳
14	28	木	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥　ミルクスープ ささみと人参煮　玉葱甘煮 ミルク	7倍粥　青菜のすまし汁 じゃが芋のそぼろ煮　きゅうり煮 ミルク	5倍粥　ミルクスープ ささみと人参煮　玉葱甘煮 ミルク	5倍粥　青菜のすまし汁 じゃが芋のそぼろ煮　きゅうり煮 ミルク	チキンカレー フレンチサラダ 青菜スープ　果物	ｵﾚﾝｼﾞｾﾞﾘｰ・ｸﾗｯｶｰ 牛乳 ﾖｰｸﾞﾙﾄ・ｸﾗｯｶｰ
	22	金	おもゆ 野菜のペースト ミルク	青のり粥　オニオンスープ 鶏団子のミルク煮　じゃが芋のﾏｯｼｭ ミルク	ﾊﾟﾝ粥　ブロッコリースープ ささみとトマト煮　きゅうり煮 ミルク	青のり粥　オニオンスープ 鶏団子のミルク煮　じゃが芋のﾏｯｼｭ ミルク	トースト　ブロッコリースープ ささみとトマト煮　きゅうり煮 ミルク	☆クリスマスメニュー☆	ヨーグル きらきら星せんべい 麦茶