

12月離乳食献立表

0歳児さくら組

日	曜	後期(9~11カ月)			完了期(12~18カ月)		
		献立	主な食材	おやつ	献立	主な食材	おやつ
1	木	スパゲティナポリタン コールスロー みそ汁 みかん	スパゲティ 玉葱 人参 鶏ミンチ ピーマン しめじ ケチャップ /キャベツ 胡瓜 /豆腐 揚げ 葱 みそ/みかん	乳児用 ウェハース	スパゲティナポリタン コールスロー みそ汁 みかん	スパゲティ 玉葱 人参 鶏ミンチ ピーマン しめじ ケチャップ ウスター/キャベツ 胡瓜 コーン フレンチドレッシング /豆腐 揚げ なめこ 葱 みそ/みかん	牛乳 お菓子
2	金	八宝菜 さつまいものレモン煮 野菜スープ りんご	豚肉 玉葱 人参 椎茸 ブロッコリー 白菜/さつまいも レモン果汁 /もやし 人参 青梗菜 /りんご	乳児用 ビスケット	八宝菜 さつまいものレモン煮 中華スープ りんご	豚肉 玉葱 人参 椎茸 えび ブロッコリー だけのこ 白菜/さつまいも レモン果汁/もやし 人参 青梗菜 鶏ガラ/りんご	牛乳 ドーナツ
3	土	パン 果物			サンドイッチ 牛乳 果物		
5	月	大根シチュー キャベツサラダ パナナ	鶏ミンチ 玉葱 人参 大根 ほうれん草 小麦粉 バター 牛乳 /キャベツ 胡瓜 マカロニ/パナナ	さつまいも粥	大根シチュー ミートボールの甘酢煮 オーロラサラダ パナナ	豚肉 玉葱 人参 大根 ほうれん草 小麦粉 バター 牛乳 コンソメ/ミートボール /キャベツ 胡瓜 マカロニ コーンケチャップ マヨネーズ/パナナ	さつまいも おにぎり
6	火	白身煮 高野の煮物 さつまいも みかん	白身 /高野豆腐 人参 椎茸 卵 ねぎ/さつまいも 大根 人参 鶏肉 みそ/みかん	ジャム スコーン	白身の南部焼き 高野の卵とし さつまいも みかん	白身 ごま/高野豆腐 人参 椎茸 卵 ねぎ/さつまいも 大根 人参 ごぼう 鶏肉 みそ/みかん	牛乳 ジャム スコーン
7	水	厚揚げのみそ煮 すまし汁 ブロッコリーの和え物 みかん	厚揚げ 鶏ミンチ 玉葱 人参 キャベツ ピーマン みそ/ブロッコリー 胡瓜 /玉葱 人参 小松菜/みかん	乳児用 せんべい	厚揚げのみそ炒め すまし汁 ブロッコリーのごま酢和え みかん	厚揚げ 鶏ミンチ 玉葱 人参 キャベツ ピーマン みそ にんにく/ブロッコリー 胡瓜 ごま/玉葱 人参 小松菜/みかん	牛乳 ボンテケージョ
8	木	鶏肉の照り煮 もやしの中華和え 冬野菜のあたたかみそ汁 みかん	鶏もも肉/もやし 人参 胡瓜 /大根 白菜 人参 揚げ 水菜 みそ /みかん	ヨーグルト パナナ	のり塩唐揚げ もやしの中華和え 冬野菜のあたたかみそ汁 みかん	鶏もも肉 青のり 片栗粉/もやし 人参 胡瓜 ごま油 ごま/大根 白菜 人参 揚げ 水菜 みそ/みかん	ヨーグルト パナナ
9	金	野菜のケチャップ煮 白雪サラダ 大根のスープ オレンジ	鶏ミンチ じゃがいも 人参 玉葱 しいたけ ピーマン ケチャップ /おから 人参 胡瓜/大根 人参 鶏ミンチ パセリ/オレンジ	乳児用 ウェハース	酢豚 白雪サラダ 大根のコンソメスープ オレンジ	豚肉 じゃがいも 人参 玉葱 しいたけ だけのこ ピーマン にんにく 生姜 ケチャップ/おから 人参 ハム 胡瓜 マヨネーズ/大根 人参 鶏ミンチ パセリ /オレンジ	牛乳 お菓子
10	土						
12	月	白身煮 五目汁 春雨サラダ みかん	白身/大根 人参 里芋 厚揚げ 葱 /春雨 人参 胡瓜 /みかん	オレンジ ケーキ	白身のタルタル焼き 五目汁 春雨サラダ みかん	白身 小麦粉 卵 マヨネーズ パセリ/大根 人参 里芋 厚揚げ 葱/春雨 人参 胡瓜 コーン ごま油/みかん	牛乳 オレンジ ケーキ
13	火	野菜と鶏肉の煮物 大根サラダ みそ汁 パナナ	鶏肉 玉葱 人参 しめじ 小松菜 じゃがいも/大根 ツナ 胡瓜 /南瓜 揚げ 人参 葱 みそ/パナナ	乳児用 ビスケット	親子煮 大根サラダ みそ汁 パナナ	鶏肉 玉葱 人参 しめじ 小松菜 じゃがいも 卵/大根 ツナ 胡瓜 /南瓜 揚げ 人参 葱 みそ/パナナ	牛乳 五平もち
14	水	鶏団子煮 昆布和え すまし汁 オレンジ	鶏ミンチ 豆腐 パン粉 玉葱/キャベツ 小松菜 人参 塩昆布/大根 人参 豆腐 葱/オレンジ	きな粉クッキー りんご	ブルゴ風ハンバーグ 昆布和え すまし汁 オレンジ	豚ミンチ 豆腐 パン粉 なら ごま油 玉葱/キャベツ 小松菜 人参 塩昆布/大根 人参 豆腐 葱/オレンジ	牛乳 きな粉クッキー りんご
15	木	じゃがいものそぼろ煮 キャベツお浸し 野菜スープ パナナ	じゃがいも 人参 玉葱 揚げ 鶏ミンチ いんげん/胡瓜 キャベツ/玉葱 青梗菜/パナナ	食パン	五目油炒め ごまペースト和え 卵スープ パナナ	豚肉 じゃがいも 人参 玉葱 揚げ かまぼこ いんげん /胡瓜 キャベツ ごま マヨネーズ/玉葱 卵 青梗菜 /パナナ	牛乳 お菓子
16	金	白身魚あなかけ ブロッコリー和え 人参ポタージュ オレンジ	白身魚 玉葱/ブロッコリー 人参 /人参 牛乳 玉葱 バター 生クリーム/オレンジ	パンケーキ	鮭わかめご飯 えびフライ たごさんウィンナー ブロッコリーごま和え 人参ポタージュ オレンジ	鮭フレック わかめ/えび パン粉 小麦粉 卵 /ウィンナー/ブロッコリー/人参 牛乳 玉葱 バター 生クリーム/オレンジ	牛乳 ケーキ
17	土	パン 果物			サンドイッチ 牛乳 果物		
19	月	白身煮 青菜の和え物 みそ汁 みかん	白身/ほうれん草 キャベツ /さつまいも 玉葱 葱 みそ/みかん	肉まん	白身のカレームニエル ごま和え みそ汁 みかん	白身 バター カレー粉 小麦粉/ほうれん草 かにかま キャベツ ごま/さつまいも 玉葱 葱 わかめ みそ/みかん	牛乳 手づくり肉まん
20	火	ポパイグラタン 切干はりはり漬け コンソメスープ みかん	ツナ ほうれん草 マカロニ 玉葱 人参 牛乳 小麦粉 バター 粉チーズ/切干 人参 胡瓜 /キャベツ 玉葱/みかん	大根粥	ポパイグラタン 切干はりはり漬け コンソメスープ みかん	ツナ ほうれん草 マカロニ 玉葱 人参 牛乳 小麦粉 バター 粉チーズ/切干 人参 胡瓜 すりごま/キャベツ 玉葱 ベーコン コンソメ/みかん	大根飯
21	水	チンジャオロースー 豆腐スープ チーズおなか和え パナナ	鶏ミンチ 玉葱 人参 ピーマン 椎茸 /豆腐 わかめ えのき 白葱 /ブロッコリー 胡瓜 チーズ 糸けずり/パナナ	きな粉ポテト	チンジャオロースー 豆腐スープ チーズおなか和え パナナ	豚肉 玉葱 人参 だけのこ ピーマン 椎茸 オイスターソース/豆腐 わかめ えのき 白葱 /ブロッコリー 胡瓜 チーズ 糸けずり/パナナ	牛乳 きな粉ポテト
22	木	鶏ちゃん焼き 南瓜煮 みそ汁 みかん	鶏肉 キャベツ 玉葱 人参 みそ バター/南瓜/豆腐 玉葱 揚げ 葱 みそ/みかん	乳児用 せんべい	鶏ちゃん焼き 大学かぼちゃ みそ汁 みかん	鶏肉 キャベツ 玉葱 人参 みそ バター/南瓜 ごま /豆腐 玉葱 揚げ 葱 みそ/みかん	牛乳 お菓子
23	金	野菜粥 鶏団子煮 ポテトサラダ ミネストローネ オレンジ	人参 玉葱 ピーマン/鶏ミンチ 玉葱 片栗/じゃがいも 人参 胡瓜 /玉葱 人参 キャベツ トマトピューレ /オレンジ	乳児用 ビスケット	カラフルピラフ もみの木ハンバーグ ツリー型ポテトサラダ ミネストローネ オレンジ	えび 人参 玉葱 ピーマン コーン/豚ミンチ 玉葱 片栗 ケチャップ/じゃがいも 人参 胡瓜 マヨネーズ/玉葱 人参 キャベツ トマトピューレ/オレンジ	牛乳 クリスマス デザート
24	土	パン 果物			サンドイッチ 牛乳 果物		
26	月	白身煮 五目煮 玉葱のスープ みかん	白身/大豆水煮 人参 大根 いんげん /玉葱 人参 葱/みかん	ツナパン	白身のサクサク焼き 五目煮 ワタナスープ みかん	白身 パン粉 パセリ/大豆水煮 人参 大根 いんげん ちくわ/ワタナン 玉葱 人参 葱 中華だし/みかん	牛乳 ツナパン
27	火	肉じゃが パナナ キャベツサラダ みそ汁	豚肉 じゃがいも 玉葱 人参 /キャベツ 胡瓜 /白菜 玉葱 人参 みそ/パナナ	食パン	カレー肉じゃが パナナ キャベツサラダ みそ汁	豚肉 じゃがいも 玉葱 人参 糸こんにゃく いんげん/ キャベツ 胡瓜 ハム/白菜 玉葱 人参 みそ/パナナ	牛乳 フレンチ トースト
28	水	年越しうどん なめたけ和え さつまいも煮 さつまいも煮 みかん	うどん 鶏肉 干し椎茸 人参 葱 白葱/さつまいも /ほうれん草 人参 なめたけ/みかん	乳児用 ウェハース	年越しうどん なめたけ和え さつまいも煮 さつまいも煮 みかん	うどん 鶏肉 干し椎茸 人参 揚げ 葱 かまぼこ 白葱 /さつまいも てんぷら粉/ほうれん草 人参 なめたけ /みかん	牛乳 お菓子

献立は、個人の離乳食摂取状況により、変更します。未摂取の食材があればお知らせ下さい。
午前のおやつはりんごか乳児用お菓子です。