

希望の硬さに○をつけてください

12月 離乳食献立表

ごはんの硬さ：10倍・7倍・5倍(おかゆ)・軟飯・ごはん

曜日	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火	水
日	1	2	3	4	6	7	8	9	10	11	13	14	15
おやつ 10時 15時	ヨーグルト 蒸しパン 麦茶	ハイハイン 麦茶 うどん 麦茶	チーズ 麦茶 わかめごはん 麦茶	ハイハイン 麦茶 ミルククローツサン リンゴジュース	ヨーグルト 蒸しパン 麦茶	ハイハイン 麦茶 バナナ 麦茶	ハイハイン 麦茶 おかかおにぎり 麦茶	バナナ 麦茶 食パン 麦茶	ハイハイン 麦茶 みかん缶 麦茶	ハイハイン 麦茶 チーズケーキ蒸しパン リンゴジュース	チーズ 麦茶 野菜うどん 麦茶	ヨーグルト 食パン 麦茶	バナナ 麦茶 ツナご飯 麦茶
主食	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯
副食	豚肉のやわらか煮 白菜とツナのサラダ みそ汁 みかん	親子煮 いんげんのおかかあえ たまねぎスープ	さげのちやしあんかけ マッシュさつまいも すまし汁 ヨーグルト	豚丼 麦茶 オレンジ	炒り豆腐 にんじんスティック すまし汁 オレンジ	鶏肉のごまみそ焼き キャベツサラダ 野菜スープ バナナ	オムレツ マッシュポテト 麦茶 みかん	鶏肉のやわらか煮 白菜サラダ すまし汁 ヨーグルト	豆腐の野菜そぼろ煮 きゅうりとちやしの和え物 中華スープ	キャベツのごま味噌炒め 麦茶 バナナ	白菜の卵とじ キャベツのおかかあえ 豆腐スープ みかん	鶏の海苔焼き 野菜炒め たまねぎスープ バナナ	さげのコーン焼き にんじんスティック みそ汁
お昼	豚コース 玉ねぎ にんじん しょうゆ 砂糖 白菜 にんじん ツナ油漬缶 塩 大根 カットわかめ 和風だしの素 味噌 みかん 〈おやつ〉 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	卵 たまねぎ にんじん 干しいたけ 鶏むね肉 しょうゆ 砂糖 いんげん にんじん しょうゆ かつお節 たまねぎ にんじん 鶏がらだしの素 〈おやつ〉 うどん めんつゆ	さげ ねぎ ちやし にんじん 和風だしの素 しょうゆ 片栗粉 さやえんどう さつまいも 塩 キャベツ えのきだけ 和風だしの素 しょうゆ 塩 ヨーグルト 〈おやつ〉 御飯 わかめ 塩	豚こま肉 玉ねぎ ごまつな えのきだけ にんじん しょうが しょうゆ 砂糖 オレンジ	木綿豆腐 ツナ油漬缶 たまねぎ えのきだけ ひじき ほしいたけ にんじん しょうゆ 砂糖 にんじん しょうゆ キャベツ たまねぎ にんじん 鶏がらだしの素 味噌 たまねぎ にんじん 鶏がらだしの素 味噌 バナナ 〈おやつ〉 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	鶏もも肉 味噌 しょうゆ 砂糖 ごま キャベツ にんじん コーン缶 しょうゆ キャベツ たまねぎ にんじん 鶏がらだしの素 塩 バナナ	じゃが芋 たまねぎ 卵 塩 じゃが芋 コーン缶 塩 麦茶 みかん 〈おやつ〉 御飯 しょうゆ かつお節	鶏もも肉 たまねぎ しょうゆ 砂糖 白菜 コーン缶 塩 木綿豆腐 カットわかめ ねぎ 和風だしの素 しょうゆ 塩 ヨーグルト	木綿豆腐 豚ひき肉 小松菜 玉ねぎ にんじん 和風だしの素 しょうゆ 片栗粉 きゅうり ちやし にんじん しょうゆ 砂糖 もやし たまねぎ カットわかめ 鶏がらだしの素 塩	豚こま肉 にんじん キャベツ もやし ごま 味噌 しょうゆ 砂糖 麦茶 バナナ	白菜 にんじん ねぎ えのきだけ 和風だしの素 しょうゆ 卵 キャベツ きゅうり にんじん しょうゆ かつお節 木綿豆腐 ねぎ 鶏がらだしの素 塩 みかん 〈おやつ〉 うどん 豚こま肉 キャベツ たまねぎ にんじん めんつゆ	鶏もも肉 しょうゆ 砂糖 塩 焼き海苔 油 にんじん しょうゆ 砂糖 キャベツ にんじん しいたけ コーン缶 油 塩 たまねぎ カットわかめ 鶏がらだしの素 塩 みかん 〈おやつ〉 ツナ水煮缶 御飯 しょうゆ	さげ 塩 コーンクリーム缶 油 にんじん しょうゆ 砂糖 木綿豆腐 ねぎ カットわかめ 和風だしの素 味噌 たまねぎ カットわかめ 鶏がらだしの素 塩 〈おやつ〉 ツナ水煮缶 御飯 しょうゆ
曜日	木	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火		
日	16	17	18	20	21	22	23	24	25	27	28		
おやつ 10時 15時	ハイハイン 麦茶 バナナ 麦茶	ハイハイン 麦茶 ココア蒸しパン 麦茶	ハイハイン 麦茶 カスタードケーキ リンゴジュース	ハイハイン 麦茶 ゆでさつまいも 麦茶	バナナ 麦茶 しらすご飯 麦茶	ハイハイン 麦茶 蒸しパン 麦茶	ハイハイン 麦茶 マッシュポテト 麦茶	ヨーグルト ゆでさつまいも 麦茶	ハイハイン 麦茶 リングドーナツ リンゴジュース	ハイハイン 麦茶 蒸しパン 麦茶	ハイハイン 麦茶 バナナ 麦茶		
主食	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯		
副食	ポークビーンズ 大根とツナの和え物 たまねぎスープ オレンジ	ハンバーグ ポテトサラダ コンスープ ヨーグルト	焼きうどん 麦茶 みかん	豆腐のケチャップ煮 納豆和え みそ汁 ヨーグルト	鮭のちゃんちゃん焼き ひじきの煮物 すまし汁 みかん	卵焼き きゅうりのごまサラダ みそ汁 オレンジ	鶏肉の野菜煮 もやしとわかめのナムル 麦茶	豚肉のすき焼き風煮物 にんじんスティック すまし汁 みかん	ハンバーグ風 フロccoliーサラダ 麦茶 バナナ	鶏肉のやわらか煮 フロccoliーサラダ 麦茶 バナナ	ツナのトマト煮 ほうれん草のナムル すまし汁 みかん		
お昼	豚こま肉 ゆで大豆 たまねぎ にんじん じゃがいも ケチャップ 砂糖 大根 きゅうり ツナ油漬缶 塩 たまねぎ にんじん 鶏がらだしの素 塩 オレンジ	鶏ひき肉 おから たまねぎ 片栗粉 塩 しょうゆ じゃがいも にんじん コーン缶 たまねぎ 鶏がらだしの素 塩 ヨーグルト 〈おやつ〉 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー ココア(ビュア)	ゆでうどん 豚こま肉 きゅうり たまねぎ にんじん 油 みそ しょうゆ かつお節 むぎ茶 みかん	木綿豆腐 たまねぎ にんじん コーン缶 ケチャップ 砂糖 片栗粉 小松菜 にんじん ひきわり納豆 大根 にんじん はくさい 和風だしの素 味噌 ヨーグルト	さげ キャベツ にんじん しめじ 油 みそ しょうゆ 砂糖 ひじき にんじん しょうゆ さやえんどう カットわかめ にんじん 和風だしの素 しょうゆ 塩 〈おやつ〉 しらす干し 御飯 しょうゆ	卵 塩 油 きゅうり ツナ油漬缶 コーン缶 しょうゆ ごま もやし ねぎ 和風だしの素 味噌 オレンジ 〈おやつ〉 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	鶏もも肉 じゃが芋 にんじん たまねぎ えのきだけ ねぎ しょうゆ 砂糖 もやし にんじん カットわかめ しょうゆ 麦茶 〈おやつ〉 じゃがいも 塩	豚こま肉 たまねぎ 白菜 えのきだけ 和風だしの素 しょうゆ 塩 豚こま肉 たまねぎ にんじん めんつゆ	牛ひき肉 豚ひき肉 たまねぎ 玉ねぎ 中濃ソース ケチャップ 塩 砂糖 フロccoliー ミニトマト コーン缶 和風ドレッシング 麦茶 バナナ	鶏もも肉 じゃがいも にんじん たまねぎ しょうゆ 砂糖 塩 フロccoliー 塩 麦茶 バナナ 〈おやつ〉 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	ツナ油漬缶 キャベツ たまねぎ ケチャップ 砂糖 塩 ほうれん草 にんじん しょうゆ 木綿豆腐 えのきだけ にんじん 和風だしの素 しょうゆ 塩		

※上記の献立・食材でまだご自宅で食べていない食材がありましたら、献立名と食材にチェックしてご自宅でコピーの上、1枚担任にお渡しください。

※離乳食での油は少量使います。

※都合により献立が変更になる場合があります。

※土曜日献立は幼児食と同様の献立になっています。土曜希望保育場合、食べられる食材(離乳食)で提供させていただきます。

くらす：ひよこ組 おなまえ：