

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	木	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火	水	木
日	1	2	3	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15
おやつ	10時 15時 ハイハイ 麦茶 ふかし手 麦茶	ハイハイ 麦茶 ヨーグルト 麦茶	ハイハイ 麦茶 牛乳ケーキ リンゴジュース	ハイハイ 麦茶 蒸しパン 麦茶	チーズ 麦茶 バナナ 麦茶	バナナ 麦茶 食パン 麦茶	ハイハイ 麦茶 おかゆ御飯 麦茶	ハイハイ 麦茶 バターロール 麦茶		ハイハイ 麦茶 フルーツ 麦茶	ヨーグルト バナナ 麦茶	ハイハイ 麦茶 じゃこ御飯 麦茶	チーズ 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	おかゆ〜ご飯
副食	鶏肉のやわらか煮 にんじんスティック すまし汁 みかん	焼き鮭 野菜炒め みそ汁 グレープフルーツ	お子様スバゲティ スープ オレンジ	豚肉のすき焼き風 蒸しかぼちゃ わかめスープ オレンジ	たらの煮物 にんじんスティック わかめスープ ヨーグルト	ハンバーグ かぼちゃの煮物 みそ汁 チーズ	豚肉のやわらか煮 きゅうりスティック スープ バナナ	オムレツ 白菜サラダ スープ りんご		豚肉の味噌炒め マッシュポテト すまし汁 バナナ	ツナ炒め きゅうりスティック 白菜のすまし汁 みかん	たらの煮物 かぶサラダ みそ汁 バナナ	卵焼き ほうれん草のナムル 中華スープ オレンジ
お昼	鶏もも肉 ケチャップ しょうゆ 砂糖 にんじん しょうゆ 白菜 にんじん 和風だしの素 しょうゆ 塩 みかん (おやつ) さつまいも	鮭 塩 キャベツ にんじん もやし 塩 油 小松菜 えのき 和風だしの素 みそ グレープフルーツ (おやつ) ヨーグルト(無糖、ブルガリア)	スバゲティ たまねぎ 小松菜 油 ツナ油漬缶 トマト缶 ケチャップ 塩 たまねぎ にんじん えのき 白菜 和風だしの素 みそ オレンジ (おやつ) 牛乳ケーキ(市販) 幼児リンゴジュース	豚肉 たまねぎ 白菜 えのき たけのこ しょうゆ 塩 かぼちゃ にんじん たまねぎ 白菜 和風だしの素 みそ オレンジ (おやつ) 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	たら しょうゆ 砂糖 にんじん しょうゆ カットわかめ たまねぎ にんじん 中華だしの素 塩 ペビーダノン	豚ひき肉 たまねぎ 塩 片栗粉 かぼちゃ しょうゆ 砂糖 木綿豆腐 ねぎ 和風だしの素 みそ チーズ (おやつ) 食パン	豚こま肉 たまねぎ しめじ コーン缶 えのき しょうゆ 砂糖 片栗粉 きゅうり しょうゆ きゃべつ たまねぎ 中華だしの素 塩 バナナ (おやつ) 御飯 しょうゆ かつお節	卵 豚ひき肉 たまねぎ にんじん ねぎ みそ しょうゆ 砂糖 白菜 にんじん 塩 たまねぎ キャベツ 中華だしの素 塩 りんご (おやつ) バターロール		豚こま肉 たまねぎ にんじん ねぎ みそ しょうゆ 砂糖 じゃが芋 塩 じゃが芋 えのき たまねぎ 和風だしの素 しょうゆ バナナ (おやつ) みかん缶 バナナ	ツナ油漬缶 たまねぎ にんじん しょうゆ きゅうり しょうゆ はくさい たまねぎ 和風だしの素 しょうゆ みかん	たら しょうゆ 砂糖 かぶ にんじん しょうゆ 大根 にんじん こまつな 和風だしの素 みそ バナナ (おやつ) しらす干し 御飯 しょうゆ	卵 塩 ほうれん草 もやし にんじん コーン缶 塩 もやし にんじん コーン缶 塩 中華だしの素 塩 バナナ (おやつ) オレンジ
曜日	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火	水		
日	16	17	19	20	21	22	23	24	26	27	28		
おやつ	10時 15時 ハイハイ 麦茶 バナナ蒸しパン 麦茶	ハイハイ 麦茶 デニッシュ ブレッド リンゴジュース	ハイハイ 麦茶 蒸しパン 麦茶	ハイハイ 麦茶 わかめ御飯 麦茶	チーズ 麦茶 食パン 麦茶	ハイハイ 麦茶 みそ御飯 麦茶	ヨーグルト 野菜うどん 麦茶	ハイハイ 麦茶 いちごスペシャル リンゴジュース	ハイハイ 麦茶 チーズ 麦茶	ヨーグルト 蒸しパン 麦茶	ハイハイ 麦茶 野菜御飯 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	野菜うどん きゅうりスティック コンスープ ペビーダノン	豚丼 みそ汁 オレンジ	鮭のみそ煮 にんじんスティック かぼちゃスープ グレープフルーツ	鶏肉のごま味噌焼き 野菜スティック 豆腐スープ オレンジ	たらの塩焼き 野菜スティック 豆腐スープ オレンジ	そぼろごはん キャベツのごま和え スープ みかん	ハンバーグ にんじんスティック みそスープ チーズ	和風ツナパスタ スープ バナナ	鶏のしょうゆ焼き キャベツサラダ みそ汁 オレンジ	納豆ごはん もやしの和え物 スープ みかん	ハンバーグ ほうれん草のおかか和え たまねぎスープ チーズ		
お昼	ゆでうどん 豚ひき肉 たまねぎ 小松菜 にんじん 和風だしの素 しょうゆ 砂糖 きゅうり しょうゆ たまねぎ にんじん コーン缶 中華だしの素 (おやつ) 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー バナナ	豚こま肉 たまねぎ 小松菜 にんじん ねぎ えのき しょうゆ にんにく あぶら しょうゆ 片栗粉 たまねぎ にんじん キャベツ 和風だしの素 みそ オレンジ (おやつ) デニッシュブレッド(市販) 幼児リンゴジュース	鮭 みそ 砂糖 にんじん 砂糖 かぼちゃ たまねぎ にんじん 中華だしの素 塩 グレープフルーツ (おやつ) 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	鶏もも肉 しょうゆ 砂糖 みそ ごま 小松菜 キャベツ ツナ油漬缶 しょうゆ かぶ にんじん 中華だしの素 塩 ペビーダノン (おやつ) 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	たら 塩 きゅうり にんじん しょうゆ 木綿豆腐 ねぎ 和風だしの素 塩 オレンジ	豚ひき肉 たまねぎ にんじん ケチャップ 砂糖 しょうゆ にんじん 砂糖 キャベツ にんじん しょうゆ ごま じゃがいも たまねぎ にんじん 中華だしの素 塩 みかん	豚ひき肉 たまねぎ 塩 片栗粉 にんじん 砂糖 大根 にんじん 白菜 中華だしの素 みそ キャンディーチーズ (おやつ) ゆでうどん 豚こま肉 キャベツ にんじん しょうゆ 和風だしの素	スバゲティ ツナ油漬缶 ほうれん草 にんじん たまねぎ しょうゆ 和風だしの素 たまねぎ にんじん 白菜 キャベツ 中華だしの素 塩 バナナ (おやつ) いちごスペシャル(市販) 幼児リンゴジュース	鶏もも肉 しょうゆ 砂糖 きゃべつ コーン缶 塩 かぶ えのき たまねぎ 和風だしの素 みそ オレンジ みかん (おやつ) 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	小粒納豆 コーン缶 しょうゆ もやし にんじん 塩 たまねぎ にんじん ねぎ 中華だしの素 塩 みかん (おやつ) 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	豚ひき肉 塩 片栗粉 ほうれん草 にんじん かつお節 しょうゆ たまねぎ にんじん 中華だしの素 塩 キャンディーチーズ (おやつ) 鶏ひき肉 もやし 小松菜 しょうゆ		

発表会

※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で使います。  
※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ます。土曜希望保育の場合、食べられる食材(離乳食)で提供させていただきます。  
※ヨーグルトはペビーダノンを提供させていただきます。

くらす：ひよこ組 おなまえ：