



12月離乳食献立表



2020・12・1

たかさご保育園キッチン

日	曜	前期食期 (10:00~)	中期~後期食期 午前 (10:00~)	完了食期 (10:15~)	中期~後期食期 午後 (14:00~)	完了食期おやつ (14:30~)
1 15	火	かゆ、煮魚 煮ひたし 野菜スープ	かゆ、煮魚(白身魚) 煮ひたし(大根、人参) 野菜スープ(キャベツ、人参、玉ねぎ)	軟飯、煮魚、煮ひたし 野菜スープ ジャーマンポテト	かゆ、じゃがいもの煮物(じゃがいも、玉ねぎ) 鮭入りスープ (大根、人参、長ねぎ、生鮭)	鮭雑炊 牛乳、果物
16	水	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、さつまいも) 味噌汁	かゆ、鶏ひき肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、さつまいも) 味噌汁(大根、長ねぎ)	軟飯、豆腐の味噌汁 鶏ひき肉と野菜の煮物 煮豆	かゆ、豆腐の煮物(豆腐) 野菜スープ (人参、玉ねぎ、大根、長ねぎ)	野菜雑炊 牛乳、果物
3 17	木	かゆ、煮魚 煮ひたし 野菜スープ	かゆ、煮魚(白身魚) 煮ひたし(白菜、人参、えのき) 野菜スープ(キャベツ、玉ねぎ、人参)	軟飯、煮魚、煮ひたし キャベツと玉ねぎのスープ さつまいもの天ぷら	かゆ、さつまいもの甘煮(さつまいも) たら入りスープ (大根、人参、長ねぎ、たら)	たら雑炊 牛乳、果物
4	金	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、ピーマン) 野菜スープ	かゆ、鶏ひき肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉、人参、ピーマン、玉ねぎ) 野菜スープ(えのき、もやし、人参)	軟飯、鶏ひき肉と野菜の煮物 えのきともやしの野菜スープ 煮魚(おひょう)	かゆ、スティックポテト(さつまいも) 味噌汁 (大根、人参、長ねぎ、かじき)	味噌雑炊 牛乳、果物
5 19	土	かゆ、煮魚 煮ひたし 野菜スープ	かゆ、煮魚(白身魚) 煮ひたし(人参、いんげん) 野菜スープ(玉ねぎ、人参、大根)	軟飯、煮魚、煮ひたし 玉ねぎとベーコンのスープ じゃがいものバター煮	野菜雑炊 (大根、人参、玉ねぎ、いんげん)	野菜雑炊 牛乳
7 21	月	かゆ、煮魚 野菜の煮物 野菜スープ	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜の煮物(人参、玉ねぎ) 野菜スープ(もやし、人参、椎茸)	軟飯、煮魚、野菜の煮物 もやしのスープ ウインナーソーテー	かゆ、スティック野菜(大根) 野菜スープ (人参、玉ねぎ、ピーマン、生鮭)	洋風雑炊 牛乳、果物
8 22	火	かゆ、煮魚 おかか煮 味噌汁	かゆ、煮魚(生鮭) おかか煮(白菜、人参) 味噌汁(大根、えのき、長ねぎ)	軟飯、煮魚、おかか煮 具だくさん味噌汁 かぼちゃの甘煮	かゆ、かぼちゃの甘煮(かぼちゃ) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ、鶏ひき肉)	鶏そぼろ雑炊 牛乳、果物
9 23	水	かゆ、野菜の煮物 (人参、もやし、玉ねぎ) 野菜スープ	かゆ、豚ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、人参、もやし、玉ねぎ) 野菜スープ(春雨、チンゲン菜、わかめ)	軟飯、春雨中華スープ 豚ひき肉と野菜の煮物 煮魚(かじき)	かゆ、煮ひたし(チンゲン菜、もやし) しらす入りスープ (大根、人参、長ねぎ、しらす)	しらす雑炊 牛乳、果物
10 24	木	かゆ、 豆腐と野菜の煮物 味噌汁	かゆ、豆腐と野菜の煮物 (豆腐、人参、玉ねぎ、しめじ) 味噌汁(かぼちゃ、人参)	軟飯、豆腐と野菜の煮物 かぼちゃの味噌汁 大根の甘煮	じゃがいものトマト煮 (じゃがいも、人参、玉ねぎ、トマト、生鮭) 野菜スープ(大根、長ねぎ)	じゃがいもの トマト煮 牛乳、果物
11 25	金	かゆ、煮魚 野菜の煮物 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜の煮物(さつまいも、ひじき) 味噌汁(かぶ、かぶの葉、人参)	軟飯、煮魚、野菜の煮物 かぶとなめこの味噌汁 マカロニのケチャップ煮	かゆ、煮ひたし(人参、玉ねぎ) かじき入りスープ (大根、人参、長ねぎ、かじき)	かじき雑炊 牛乳、果物
12 26	土	かゆ、煮魚 かぼちゃの甘煮 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) かぼちゃの甘煮(かぼちゃ) 味噌汁(人参、玉ねぎ)	軟飯、煮魚、かぼちゃの甘煮 人参と玉ねぎの味噌汁 スティックチーズ	野菜雑炊 (人参、玉ねぎ、かぼちゃ)	野菜雑炊 牛乳、果物
14 28	月	かゆ、煮魚 野菜の煮物 味噌汁	かゆ、煮魚(生鮭) 野菜の煮物(人参、大豆、玉ねぎ) 味噌汁(大根、人参、しめじ)	軟飯、煮魚、野菜の煮物 豆乳味噌汁 りんごの甘煮	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ)	おかか雑炊 牛乳、果物
2	水	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、キャベツ) 野菜スープ	かゆ、豚ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、人参、玉ねぎ、キャベツ) 野菜スープ(わかめ、長ねぎ、人参)	軟飯、豚ひき肉と野菜の煮物 わかめスープ 茹でブロッコリー	かゆ、ゆでブロッコリー(ブロッコリー) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ、さつまいも)	さつまいも 雑炊 牛乳、果物
18	金	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、ブロッコリー) 野菜スープ	かゆ、鶏ひき肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、ブロッコリー) 野菜スープ(キャベツ、人参、玉ねぎ)	軟飯、鶏ひき肉と野菜の煮物 ジュリアンスープ マッシュポテト	かゆ、じゃがいもの甘煮(じゃがいも) 味噌汁 (大根、人参、長ねぎ、かじき)	味噌雑炊 牛乳、果物

*都合によりメニュー・材料が変更になる場合があります。

*初期食のメニューは、かゆ、汁物となります。汁物の材料は中期~後期食と同じです。(豆腐は除く)