



12月 献立表 (離乳食)



日付	曜日	午前おやつ (中期・後期)	献立名 離乳(初期) パースト食	献立名 離乳(中期)	献立名 離乳(後期)	午後おやつ (中期・後期)	日付	曜日	午前おやつ (中期・後期)	献立名 離乳(初期) パースト食	献立名 離乳(中期)	献立名 離乳(後期)	午後おやつ (中期・後期)
1	土	せんべい	南瓜 人参 ブロッコリー 10倍がゆ	鶏と野菜のうどん 南瓜の煮物 ブロッコリーの煮浸し	鶏と野菜のうどん 南瓜の煮物 ブロッコリーの煮浸し	蒸しじゃが芋	14	金	フルーツ(バナナ)	たら 大根 人参 10倍がゆ	白身魚の青のり煮 大根の煮物 5倍がゆ すまし汁	白身魚の青のり煮 大根の煮物 5倍がゆ すまし汁	プレーン蒸しパン
3	月	人参の煮物	じゃが芋 チンゲンサイ 玉葱 10倍がゆ	鶏肉とじゃが芋の煮物 チンゲン菜の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏肉とじゃが芋の煮物 チンゲン菜の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	プレーン蒸しパン	17	月	南瓜の煮物	じゃが芋 ブロッコリー 人参 10倍がゆ	鶏肉とじゃが芋の煮物 ブロッコリーの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏肉とじゃが芋の煮物 ブロッコリーの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	白身魚のおじや
4	火	ポーロ	さつまい 白菜 人参 10倍がゆ	豆腐のそぼろあんかけ さつまいの煮物 5倍がゆ 味噌汁	豆腐のそぼろあんかけ さつまいの煮物 5倍がゆ 味噌汁	蒸し南瓜	18	火	フルーツ(バナナ)	たら 玉葱 人参 10倍がゆ	白身魚のみそ煮 なすのくたくた煮 5倍がゆ すまし汁	白身魚のみそ煮 なすのくたくた煮 5倍がゆ すまし汁	プレーン蒸しパン
5	水	せんべい	たら 小松菜 さつまい 10倍がゆ	白身魚の煮付 小松菜の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	白身魚の煮付 小松菜の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	野菜うどん	19	水	せんべい	豆腐 南瓜 大根 10倍がゆ	豆腐と野菜の煮物 蒸し南瓜 5倍がゆ 味噌汁	豆腐と野菜の煮物 蒸し南瓜 5倍がゆ 味噌汁	煮込みうどん
6	木	じゃがいもの煮物	豆腐 玉葱 南瓜 10倍がゆ	豆腐と野菜の煮物 かぼちゃの煮物 5倍がゆ スープ	豆腐と野菜の煮物 かぼちゃの煮物 5倍がゆ スープ	フルーツ(バナナ)	20	木	蒸しさつまいも	たら ブロッコリー ほうれん草 10倍がゆ	白身魚の煮付 小松菜煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	白身魚の煮付 小松菜煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	フルーツ(バナナ)
7	金	フルーツ(バナナ)	たら 人参 ブロッコリー キャベツ	白身魚と玉葱の煮物 キャベツと人参の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	白身魚と玉葱の煮物 キャベツと人参の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	野菜パンケーキ	21	金	大根の煮物	たら 人参 キャベツ 10倍がゆ	白身魚と野菜の煮物 ブロッコリーの煮物 5倍がゆ 味噌汁	白身魚と野菜の煮物 ブロッコリーの煮物 5倍がゆ 味噌汁	蒸しじゃが芋
8	土	大根の煮物	じゃが芋 ほうれん草 人参 10倍がゆ	けんちんうどん じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草と玉葱の煮浸し	けんちんうどん じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草と玉葱の煮浸し	フルーツ(バナナ)	22	土	ポーロ	さつまい 玉葱 ほうれん草 10倍がゆ	味噌うどん 蒸しさつまい ほうれん草の煮びたし	味噌うどん 蒸しさつまい ほうれん草の煮びたし	フルーツ(バナナ)
10	月	南瓜の煮物	さつまい 大根 人参 10倍がゆ	鶏そぼろと野菜の煮物 蒸しさつまい 5倍がゆ スープ	鶏そぼろと野菜の煮物 蒸しさつまい 5倍がゆ スープ	プレーン蒸しパン	25	火	人参の煮物	豆腐 白菜 ほうれん草 10倍がゆ	鶏肉の煮物 はくさいの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏肉の煮物 はくさいの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	じゃがいもの煮物
11	火	ポーロ	じゃが芋 ほうれん草 人参 10倍がゆ	豆腐の野菜あんかけ じゃがいもの煮物 5倍がゆ スープ	豆腐の野菜あんかけ じゃがいもの煮物 5倍がゆ スープ	野菜うどん	26	水	フルーツ(バナナ)	たら 大根 人参 10倍がゆ	白身魚と玉葱の煮物 キャベツと人参の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	白身魚と玉葱の煮物 キャベツと人参の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	野菜うどん
12	水	せんべい	たら かぼちゃ ほうれん草 10倍がゆ	白身魚と青菜の煮物 蒸し南瓜 5倍がゆ 味噌汁	白身魚と青菜の煮物 蒸し南瓜 5倍がゆ 味噌汁	蒸しさつまい	27	木	蒸し南瓜	さつまい 人参 玉葱 10倍がゆ	鶏とさつまいもの煮物 ひじき煮 5倍がゆ すまし汁	鶏とさつまいもの煮物 ひじき煮 5倍がゆ すまし汁	ブロッコリー蒸しパン
13	木	人参の煮物	玉葱 人参 キャベツ 10倍がゆ	鶏肉の野菜あんかけ キャベツの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏肉の野菜あんかけ キャベツの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	野菜おじや	28	金	じゃがいもの煮物	豆腐 キャベツ 人参 10倍がゆ	豆腐のそぼろあん たまねぎの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	豆腐のそぼろあん たまねぎの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	野菜おじや