

# 12月離乳食献立

※食材・形態は個々に合わせて提供

日付	後期・完了期	中期	初期
01木	食パン・ポトフ 魚のパン粉焼き	パン粥 野菜スープ 魚と野菜のやわらか煮	おかゆ 魚と野菜だし煮
02金	おかゆ・軟飯 味噌汁 鯖と白菜の重ね蒸し	おかゆ 味噌汁 魚と野菜とろとろ	おかゆ 魚と野菜とろとろ
03土	おかゆ・軟飯 あんかけうどん・五色なます	おかゆ うどんのくたくた煮 野菜のとろ煮	おかゆ うどんのくたくた煮
04日	おかゆ・軟飯 味噌汁 魚の照り焼き	おかゆ 味噌汁 魚と野菜のやわらか煮	おかゆ 魚と野菜だし煮
05月	おかゆ・軟飯 味噌汁 生姜焼き	おかゆ 味噌汁 肉と野菜のやわらか煮	おかゆ 肉と野菜のやわらか煮
06火	おかゆ・軟飯 もずくスープ 麻婆豆腐	おかゆ スープ 豚肉の野菜煮	おかゆ 肉と野菜あん
07水	おかゆ・炊き込みご飯 味噌汁 鮭の塩焼き	おかゆ 味噌汁 魚のとろとろ煮	おかゆ 魚のとろとろ煮
08木	おかゆ・軟飯 味噌汁 鶏肉のマーマレード焼き	おかゆ 味噌汁 鶏と野菜のとろとろ	おかゆ 鶏と野菜のとろとろ
09金	おかゆ・軟飯 すまし汁 田舎煮	おかゆ すまし汁 鶏と野菜のとろ煮	おかゆ 鶏と野菜のとろ煮
10土	野菜丼（おかゆ・軟飯） あおさ汁 塩昆布和え	おかゆ すまし汁 野菜のとろっと煮	おかゆ 野菜のとろっと煮
11日	おかゆ・軟飯 スープ 魚のタンドリー風	おかゆ スープ 魚のとろとろ煮	おかゆ 魚のとろとろ煮
12月	三色丼（おかゆ・軟飯） 鮭と大根の味噌汁 ひじきの炒め煮	おかゆ 味噌汁 鮭と野菜のとろとろ	おかゆ 鮭と野菜のとろとろ
13火	おかゆ・軟飯 大豆汁 鮭の塩焼き	おかゆ 味噌汁 魚の野菜煮（とろみ付き）	おかゆ 魚の野菜煮（とろみ付き）
14水	おかゆ・軟飯 味噌汁 大根と豚肉の炒め煮	おかゆ 味噌汁 肉と野菜のくたくた煮	おかゆ 肉と野菜のくたくた煮
15木	ハリハリわかめ御飯（おかゆ・軟飯） 春雨スープ 魚のねぎ味噌焼き	おかゆ 野菜スープ 魚と野菜とろ煮	おかゆ 魚と野菜とろ煮
16金	おかゆ・軟飯 鶏団子鍋 ひじきとさつま芋の炒り煮	おかゆ 野菜スープ 肉と野菜とろとろ	おかゆ 肉と野菜とろとろ
17土	しらすおにぎり（おかゆ・軟飯） きのこスープ 焼きそば	おかゆ スープ 肉の野菜煮	おかゆ 肉の野菜煮
18日	ロールパン コンソメスープ ポテトミートグラタン	パン粥 スープ 肉と野菜のやわらか煮	パン粥 肉と野菜のやわらか煮
19月	ドライカレー（おかゆ・軟飯） わかめスープ ほうれん草の白和え	おかゆ スープ 野菜のやわらか煮	おかゆ 野菜のやわらか煮
20火	おかゆ・軟飯 おかず汁 鯖と人参の煮物	おかゆ 味噌汁 魚と野菜とろとろ	おかゆ 魚と野菜とろとろ
21水	おかゆ・軟飯 豆腐のすまし汁 鶏ささみの和風あんかけ	おかゆ すまし汁 鶏と野菜のやわらか煮	おかゆ 鶏と野菜のやわらか煮
22木	きのこ御飯（おかゆ・軟飯） 冬至かぼちゃ汁 タラの磯辺焼	おかゆ 味噌汁 魚と野菜とろとろ煮	おかゆ 魚と野菜とろとろ煮
23金	クリスマスライス（おかゆ・軟飯） シチュー 鶏のから揚げ	おかゆ スープ 鶏と野菜のやわらか煮	おかゆ 鶏と野菜のやわらか煮
24土	豚丼（おかゆ・軟飯） きのこのすまし汁 もやしのナムル	おかゆ すまし汁 野菜とろとろ	おかゆ 野菜とろとろ
25日	おかゆ・軟飯 スープ ひき肉のマヨネーズ焼き	おかゆ スープ ひき肉と野菜煮	おかゆ ひき肉と野菜煮
26月	中華丼（おかゆ・軟飯） 豆腐スープ 甘煮豆	おかゆ スープ 野菜とろとろ	おかゆ 野菜とろとろ
27火	さつま芋ごはん（おかゆ・軟飯） 味噌汁 魚の西京焼き	おかゆ 味噌汁 魚と野菜とろとろ	おかゆ 魚と野菜とろとろ
28水	かみかみライス（おかゆ・軟飯） レタスのコンソメスープ 小松菜の酢和え	おかゆ スープ 野菜あん	おかゆ 野菜あん
29木	おかゆ・軟飯 味噌汁 タラの揚げおろし	おかゆ 味噌汁 魚と野菜のとろっと煮	おかゆ 魚と野菜のとろっと煮
30金	グリーンピースのおにぎり（おかゆ・軟飯） みそ煮込みうどん 中華風酢の物	おかゆ 味噌煮込みうどん	おかゆ 野菜のやわらか煮
31土	炒り豆腐のねぎみそ丼（おかゆ・軟飯）かき玉 汁 キャベツとウインナーのソテー	おかゆ すまし汁 肉と野菜とろっと煮	おかゆ 肉と野菜とろっと煮