



12月 幼児食献立表



一般社団法人希福社ママサポート

日付	午前おやつ	献立名	午後おやつ	材料名 (○はおやつ材料)		
				血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの
1水	保育乳	マーボー豆腐どんぶり ごぼうとブロッコリーのサラダ 野菜春雨スープ	紅いもちんすこう りんご	牛乳、木綿豆腐、みそ、 豚ひき肉、ごま	米、油、三温糖、片栗粉、はるさ め、○小麦粉、○三温糖、○油	にんじん、ねぎ、干しいたけ、ご ぼう、ブロッコリー、コーン缶、○ 紅いもパウダー、○りんご
2木	保育乳	ごはん 白身魚のオーロラ焼き コールスローサラダ わかめとしめじのみそ汁	鮭青菜おにぎり	牛乳、白身魚、ハム、カッ トわかめ、みそ	米、三温糖、マヨネーズ、○米	キャベツ、にんじん、しめじ、えの きたけ、○鮭青菜ふりかけ
3金	保育乳	あわごはん 鶏肉のごまマヨ焼き 野菜炒め ゆし豆腐	ココアクッキー みかん缶	牛乳、鶏もも肉、すりご ま、ゆし豆腐、○卵、○ ピュアココア	米、あわ、マヨネーズ、油、○小麦 粉、○無塩バター、○三温糖	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ね ぎ、○みかん缶
4土	豆乳	ブルコギ丼 コンソメスープ	※職員研修のためおや つ提供なし	調製豆乳、豚肉	米、はるさめ、ごま油、三温糖、片 栗粉	たまねぎ、赤パプリカ、にんじん、 キャベツ、コーン缶、パセリ粉、ね ぎ
6月	豆乳	ごはん 豚肉のすきやき風煮物 ブロッコリーツナサラダ キャベツスープ	黄桃蒸しケーキ バナナ	調製豆乳、豚肉、ツナ缶、 油揚げ、○卵、○調製豆 乳	米、しらたき、三温糖、○ホットケ ーキ粉、○三温糖、○油	たまねぎ、はくさい、えのきたけ、 ブロッコリー、きゅうり、にんじん、 キャベツ、○もも缶、○バナナ
7火	豆乳	麦ごはん じゃがいものきんぴら さけのマヨチーズコーン 大根のみそ汁	レーズンスコーン みかん	調製豆乳、さけ、粉チー ーズ、ごま、みそ、○ヨー グルト、○卵	米、押麦、マヨネーズ、じゃがいも、 油、三温糖、○強力粉、○無塩バ ター、○三温糖	コーン缶、ごぼう、にんじん、だい こん、しめじ、こまつな、○干しぶ どう、○みかん
8水	豆乳	冬野菜カレー もやしときゅうりの和え物 ヨーグルト	塩昆布おにぎり	調製豆乳、鶏もも肉、ハ ム、ヨーグルト、○塩昆 布、○ごま	米、じゃがいも、三温糖、○米	れんこん、にんじん、たまねぎ、か ぼちゃ、きゅうり、もやし
9木	豆乳	🍷お弁当会🍷	バナナ せんべい	調製豆乳	○せんべい	○バナナ
10金	豆乳	あわごはん 鶏肉のみそ焼き キャベツとひじき炒め 豆腐と青菜のスープ	きなこごまのクッ キー みかん缶	調製豆乳、鶏もも肉、み そ、ひじき、絹ごし豆腐、 カットわかめ、○きなこ、 ○ごま、○卵	米、あわ、三温糖、油、○小麦粉、 ○無塩バター、○三温糖	キャベツ、にんじん、赤パプリカ、 こまつな、ねぎ、○みかん缶
11土	豆乳	三色そぼろどんぶり 大根スープ	ホットケーキ 豆乳	調製豆乳、豚ひき肉、卵、 ○調製豆乳	米、三温糖、油、○ホットケ ーキ粉、○三温糖、○油	こまつな、にんじん、だいこん、し めじ、ねぎ
13月	保育乳	ごはん ピーマンの細切り炒め 和風スパゲッティサラダ わかめのみそ汁	きなこスコーン バナナ	牛乳、豚肉、ツナ缶、ハ ム、カットわかめ、絹ごし 豆腐、みそ、○卵、○ヨー グルト、○きな粉	米、三温糖、片栗粉、サラダ用スパ ゲッティ、○強力粉、○無塩バ ター、○三温糖	ピーマン、黄パプリカ、にんじん、 きゅうり、しめじ、ねぎ、○バナナ
14火	保育乳	麦ごはん さけのみそマヨ焼き にんじんイリチー きのこスープ	ほうれんそうケーキ みかん	牛乳、さけ、みそ、ベー コン、卵、○卵、○牛乳	米、押麦、マヨネーズ、油、○ホッ トケーキ粉、○無塩バター、○三温 糖	にんじん、たまねぎ、こまつな、し めじ、えのきたけ、○ほうれんそ う、○バナナ、○みかん
15水	保育乳	ごはん 高野豆腐のトマト焼き ビーンズサラダ キャベツのみそ汁	揚げパン	牛乳、高野豆腐、豚ひき 肉、チーズ、大豆水煮缶、 ひじき、ツナ缶、みそ、○ きなこ	米、油、三温糖、片栗粉、○ロー ルパン、○三温糖、○油	たまねぎ、トマト缶、にんじん、 コーン缶、キャベツ、しめじ
16木	保育乳	中華どんぶり もずくスープ オレンジ	オートミールクッキー パイン缶	牛乳、白身魚、豚肉、きく らげ、もずく、○卵、○ご ま	米、片栗粉、油、三温糖、○小麦 粉、○オートミール、○無塩バ ター、○三温糖	にんじん、ヤングコーン、こまつ な、赤パプリカ、ねぎ、オレンジ、 ○パイン缶
17金	保育乳	あわごはん バーベキューチキン 野菜ソテー じゃがいものみそ汁	わかめおにぎり	牛乳、鶏もも肉、すりご ま、油揚げ、みそ	米、あわ、三温糖、油、じゃがいも、 ○米	ブロッコリー、にんじん、こまつな、 しめじ、ねぎ、○炊き込みわかめ
18土	豆乳	ハヤシライス 野菜スープ	手作りちんすこう	調製豆乳、豚肉、ベー コン	米	たまねぎ、マッシュルーム缶、トマ ト缶、にんじん、キャベツ、パセリ 粉、○バナナ
20月	豆乳	ごはん 回鍋肉 春雨サラダ 豆腐と白菜スープ	さつまいも蒸しケーキ バナナ	調製豆乳、豚肉、みそ、き くらげ、絹ごし豆腐、○ 卵、○調製豆乳	米、三温糖、片栗粉、油、はるさ め、ごま油、○ホットケ ーキ粉、○三温糖、○油、○さつまいも	キャベツ、赤パプリカ、ピーマン、 ねぎ、きゅうり、にんじん、はくさい
21火	豆乳	麦ごはん 昆布納豆 さけのパン粉焼き もずくチャンプルー ほうれんそうのみそ汁	バナナスコーン みかん	調製豆乳、ひきわり納豆、 塩昆布、さけ、粉チーズ、 もずく、豚肉、みそ、○ 卵、○ヨーグルト	米、押麦、パン粉、油、○強 力粉、○無塩バター、○三温糖	パセリ粉、キャベツ、もやし、にん じん、ほうれんそう、しめじ、○バ ナナ、○みかん
22水	豆乳	ごはん 厚揚げのそぼろ煮 三色ナムル アーサ汁	トウジンジーシューシー おにぎり	調製豆乳、厚揚げ、豚ひ き肉、ごま、あおさ、○ひ じき	米、油、三温糖、ごま油、○米	たまねぎ、こまつな、にんじん、も やし、ねぎ、○干しいたけ、○に んじん
23木	豆乳	ごはん 白身魚のオーロラ焼き 切り干し大根の炒め物 しめじのみそ汁	ココアパン	調製豆乳、白身魚、カッ トわかめ、みそ、○ピュアコ コア	米、マヨネーズ、三温糖、油、○食 パン、○三温糖、○無塩バター	にんじん、切り干しだいこん、コー ン缶、ピーマン、しめじ、だいこん
24金	豆乳	ふりかけごはん ローストチキン ブロッコリーサラダ たまごスープ	ブラウニー みかん缶	調製豆乳、鶏もも肉、ツナ 缶、卵、○卵、○ピュアコ コア	米、油、○小麦粉、○無塩バ ター、○三温糖、○粉糖	鮭青菜ふりかけ、たまねぎ、プロッ コリー、コーン缶、にんじん、干し しいたけ、キャベツ、ねぎ、○みか ん缶
25土	豆乳	ごはん クリームシチュー コールスローサラダ	二色おにぎり	調製豆乳、鶏もも肉、ハ ム、○さけフレーク	米、油、じゃがいも、三温糖、○米	たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、 キャベツ、ブロッコリー、コーン缶、 ○大根葉ふりかけ
27月	保育乳	ごはん グリーンサラダ 豚肉と厚揚げのみそ炒め煮 じゃがいもスープ	にんじんの蒸しケー キ バナナ	牛乳、厚揚げ、豚肉、み そ、ツナ缶、○卵、○ごま	米、油、三温糖、じゃがいも、○ホッ トケーキ粉、○三温糖、○油	たけのこ、干しいたけ、ピーマ ン、こまつな、にんじん、きゅうり、 コーン缶、しめじ、○にんじん、○ バナナ
28火	保育乳	年越しそば 豆腐と青菜のチャンプルー オレンジ	青菜コーンおにぎり	牛乳、豚肉、かまぼこ、木 綿豆腐	ゆで沖縄そばめん、三温糖、油、○ 米	ねぎ、たまねぎ、にんじん、こまつ な、オレンジ、○大根葉ふりかけ、 ○コーン缶
29水		🍷お弁当日🍷	マーマレードケーキ 豆乳	○調製豆乳	○ホットケーキ粉、○三温糖、○無 塩バター	○マーマレードジャム
30木		🍷お弁当日🍷	ビスコ バナナ 豆乳	○調製豆乳		○バナナ
31金		🍷お弁当日🍷	スティックパン 豆乳	○調製豆乳	○スティックパン	

☆ 保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります



12月離乳食こんだて表①



一般社団法人希福祉会 ママサポート

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃 (薄味・きざみ提供)	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	力や熱となる食物	体の調子をよくする食物
1	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	7倍がゆ 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	マーボー豆腐どんぶり ごぼうとブロッコリーのサラダ 野菜春雨スープ	ミルク、木綿豆腐、豚ひき肉、☆ごま、☆みそ	米、片栗粉、☆油、☆三温糖、☆はるさめ、☆小麦粉	○にんじん、ねぎ、☆干しいたけ、ごぼう、○ブロッコリー、☆コーン缶、☆紅芋パウダー、りんご、○かぼちゃ(離乳食用)
				ミルク 野菜がゆ りんご	ミルク 紅いもちんすこう りんご			
2	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん 白身魚のオーロラ焼き コールスローサラダ わかめとしめじのみそ汁	ミルク、白身魚、☆ハム、☆カットわかめ、☆みそ	米、片栗粉、☆三温糖、☆マヨネーズ	○キャベツ、○にんじん、☆しめじ、☆えのきたけ、☆鮭青菜ふりかけ、○ブロッコリー(離乳食用)
				ミルク 野菜がゆ	ミルク 鮭青菜おにぎり			
3	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん 鶏肉のごまマヨ焼き 野菜炒め ゆし豆腐	ミルク、豆腐、鶏もも肉、☆すりごま、ゆし豆腐、☆卵、☆ピュアココア	米、片栗粉、☆マヨネーズ、☆油、☆小麦粉、☆無塩バター、☆三温糖	○キャベツ、○たまねぎ、○にんじん、ねぎ、☆みかん缶、○かぼちゃ(離乳食用)
				ミルク 野菜がゆ	ココアクッキー みかん缶			
4	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ブルコギ丼 コンソメスープ	ミルク、豆腐、豚肉	米、片栗粉、☆はるさめ、☆ごま油	○たまねぎ、赤パプリカ、○にんじん、○キャベツ、☆コーン缶、☆パセリ粉、ねぎ
				※職員研修のためおやつ提供なし	※職員研修のためおやつ提供なし			
6	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ごはん 豚肉のすき焼き風煮物 ブロッコリーツナサラダ キャベツスープ	ミルク、豆腐、豚肉、☆ツナ缶、☆油揚げ、☆卵、☆調製豆乳	米、片栗粉、☆しらたき、☆三温糖、☆ホットケーキ粉、☆油	○たまねぎ、○はくさい、えのきたけ、○ブロッコリー、きゅうり、○にんじん、○キャベツ、☆もも缶、バナナ
				ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク 黄桃蒸しケーキ バナナ			
7	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 さけの煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん じゃがいものきんぴら さけのマヨチーズコーン 大根のみそ汁	ミルク、白身魚、さけ、☆粉チーズ、☆ごま、☆みそ、☆ヨーグルト、☆無塩バター	米、片栗粉、☆マヨネーズ、☆じゃがいも、☆油、☆三温糖、☆強力粉、☆無塩バター	☆コーン缶、ごぼう、○にんじん、○だいこん、☆しめじ、○こまつな、☆干しぶどう、☆みかん
				ミルク 野菜がゆ	ミルク レーズンコーン みかん			
8	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	冬野菜カレー もやしときゅうりの和え物 ヨーグルト	ミルク、豆腐、鶏もも肉、☆ハム、☆ヨーグルト、☆塩こんぶ、☆ごま	米、片栗粉、☆じゃがいも、☆三温糖	☆れんこん、○にんじん、○たまねぎ、もやし、きゅうり、○かぼちゃ
				ミルク 野菜がゆ	ミルク 塩昆布おにぎり			
9	木	お弁当会☺	お弁当会☺	お弁当会☺	お弁当会☺	ミルク	赤ちゃんせんべい、☆せんべい	バナナ
				ミルク 赤ちゃんせんべい バナナ(きざみ)	ミルク せんべい バナナ			
10	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん 鶏肉のみそ焼き キャベツとひじき炒め 豆腐と青菜のスープ	ミルク、豆腐、鶏もも肉、☆みそ、☆ひじき、☆カットわかめ、☆きなこ、☆ごま、☆卵	米、片栗粉、☆三温糖、☆油、☆小麦粉、☆無塩バター	○キャベツ、○にんじん、赤パプリカ、○こまつな、ねぎ、☆みかん缶
				ミルク 野菜がゆ	ミルク きなこごまのクッキー みかん缶			
11	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	三色そぼろどんぶり 大根スープ	ミルク、豆腐、豚ひき肉、☆卵、☆調製豆乳	米、片栗粉、☆油、☆三温糖、☆ホットケーキ粉	○こまつな、○だいこん、○にんじん、しめじ、ねぎ
				ミルク 野菜がゆ	ミルク ホットケーキ			
13	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ごはん ビーマンの細切り炒め 和風スパゲッティサラダ わかめのみそ汁	ミルク、豆腐、豚肉、☆ツナ缶、☆ハム、☆カットわかめ、☆みそ、☆卵、☆ヨーグルト、☆きなこ	米、片栗粉、☆三温糖、☆サラダ用スパゲッティ、☆強力粉、☆無塩バター、☆三温糖	ビーマン、黄パプリカ、○にんじん、きゅうり、☆しめじ、ねぎ、バナナ、○ブロッコリー(離乳食用)、○かぼちゃ(離乳食用)
				ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク きなこスコーン バナナ			
14	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 さけの煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん さけのみそマヨ焼き にんじんイリチー きのこスープ	ミルク、白身魚、さけ、☆みそ、☆ベーコン、☆卵、☆牛乳	米、片栗粉、☆マヨネーズ、☆油、☆ホットケーキ粉、☆無塩バター、☆三温糖	○にんじん、○たまねぎ、○こまつな、☆しめじ、☆えのきたけ、○ほうれんそう、バナナ、☆みかん
				ミルク 野菜がゆ	ミルク ほうれんそうケーキ みかん			
15	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	ごはん 高野豆腐トマト焼き ビーンズサラダ キャベツのみそ汁	ミルク、豆腐、豚ひき肉、☆高野豆腐、☆チーズ、☆大豆水煮缶、☆ひじき、☆ツナ缶、☆みそ、☆きなこ	米、片栗粉、☆油、☆三温糖、☆ロールパン	○たまねぎ、☆トマト缶、○にんじん、☆コーン缶、○キャベツ、☆しめじ
				ミルク 野菜がゆ	ミルク 揚げパン			

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます
☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります





12月離乳食こんだて表②



一般社団法人希福社会 ママサポート

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃 (薄味・きざみ提供)	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	力や熱となる食物	体の調子をよくなる食物
16	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	中華どんぶり もずくスープ オレンジ	ミルク、白身魚、豚肉、☆きくらげ、☆もずく、☆卵、☆ごま	米、片栗粉、☆油、☆三温糖、☆小麦粉、☆オートミール、☆無塩バター	○は野菜ペーストの材料 ☆は完了期のみ提供
				ミルク 野菜がゆ	ミルク オートミールクッキー パイン缶			○にんじん、☆ヤングコーン、○こまつな、赤パプリカ、ねぎ、☆オレンジ、☆パイン缶、○かぼちゃ(離乳食用)
17	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん バーベキューチキン 野菜ソテー じゃがいものみそ汁	ミルク、豆腐、鶏もも肉、☆すりごま、☆油揚げ、	米、片栗粉、☆三温糖、☆油、○じゃがいも	○ブロッコリー、○にんじん、○こまつな、☆しめじ、☆ねぎ、☆炊き込みわかめ
				ミルク 野菜がゆ	ミルク わかめおにぎり			
18	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ハヤシライス 野菜スープ	ミルク、豆腐、豚肉、☆ベーコン	米、片栗粉	○たまねぎ、☆マッシュルーム缶、☆トマト缶、○にんじん、○キャベツ、☆パセリ粉、バナナ
				ミルク 野菜がゆ	ミルク 手作りちんすこう			
20	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ごはん 回鍋肉 春雨サラダ 豆腐と白菜スープ	ミルク、豆腐、☆豚肉、☆みそ、☆きくらげ、☆卵、☆豆乳	米、片栗粉、☆三温糖、☆油、☆はるさめ、☆ごま油、☆ホットケーキ粉、さつまいも	○キャベツ、赤パプリカ、ピーマン、ねぎ、きゅうり、○にんじん、○はくさい
				ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク さつまいも蒸しケーキ バナナ			
21	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 さけの煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん 昆布納豆 さけのパン粉焼き もずくチャンプルー ほうれんそうのみそ汁	ミルク、白身魚、さけ、☆ひきわり納豆、☆塩こんぶ、☆粉チーズ、☆もずく、☆豚肉、☆みそ、☆卵、☆ヨーグルト	米、片栗粉、☆パン粉、☆油、☆強力粉、☆無塩バター、☆三温糖	☆パセリ粉、○キャベツ、もやし、○にんじん、○ほうれんそう、☆しめじ、バナナ、☆みかん
				ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク バナナスコーン みかん			
22	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ 煮野菜柔らか煮 スープ	ごはん 厚揚げのそぼろ煮 三色ナムル アサ汁	ミルク、豆腐、☆厚揚げ、☆豚ひき肉、☆ごま、☆あおさ、☆ひじき	米、片栗粉、☆油、☆三温糖、☆ごま	○たまねぎ、○こまつな、○にんじん、もやし、ねぎ、☆干しいたけ
				ミルク 野菜がゆ	ミルク トウジンジーシューおにぎり			
23	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん 白身魚のオーロラ焼き 切り干し大根の炒め物 きのこのみそ汁	ミルク、白身魚、☆みそ、☆カットわかめ、☆ピュアココア	米、片栗粉、☆マヨネーズ、☆三温糖、☆油、食パン、☆無塩バター	○にんじん、☆切干しいたけ、☆コーン缶、☆ピーマン、☆しめじ、○だいこん、○ほうれんそう(離乳食用)
				ミルク 野菜がゆ	ミルク ココアパン			
24	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ふりかけごはん ローストチキン ブロッコリーサラダ たまごスープ	ミルク、豆腐、鶏もも肉、☆ツナ缶、☆卵、☆ピュアココア	米、片栗粉、☆油、☆小麦粉、☆無塩バター、☆三温糖、☆粉糖	☆鮮野菜ふりかけ、○たまねぎ、○ブロッコリー、☆コーン缶、○にんじん、☆干しいたけ、○キャベツ、ねぎ、☆みかん缶
				ミルク 野菜がゆ	ミルク ブラウニー みかん缶			
25	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん クリームシチュー コールスローサラダ	ミルク、豆腐、鶏もも肉、☆ハム、☆さけフレーク	米、片栗粉、☆油、○じゃがいも、☆三温糖	○たまねぎ、○にんじん、○かぼちゃ、○キャベツ、○ブロッコリー、☆コーン缶、☆大根葉ふりかけ
				ミルク 野菜がゆ	ミルク 二色おにぎり			
27	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ごはん グリーンサラダ 豚肉と厚揚げのみそ炒め煮 じゃがいもスープ	ミルク、豆腐、豚肉、☆厚揚げ、☆みそ、☆ツナ缶、☆卵、☆ごま	米、片栗粉、☆油、☆三温糖、○じゃがいも、☆ホットケーキ粉	☆たけのこ、☆干しいたけ、ピーマン、○こまつな、○にんじん、きゅうり、☆コーン缶、☆しめじ、バナナ、○ブロッコリー(離乳食用)
				ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク にんじんの蒸しケーキ バナナ			
28	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 野菜ペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ごはん さけのマヨチーズコーン じゃがいものきんぴら 大根のみそ汁	ミルク、白身魚、さけ、☆粉チーズ、☆みそ、☆ヨーグルト、☆卵、☆ごま	米、片栗粉、☆マヨネーズ、○じゃがいも、☆油、☆三温糖、☆強力粉、☆無塩バター	☆コーン缶、ごぼう、○にんじん、○だいこん、☆しめじ、○こまつな、☆みかん
				ミルク 野菜がゆ	ミルク ごまスコーン みかん			
29	水	☺ お弁当 ☺	☺ お弁当 ☺	☺ お弁当 ☺	☺ お弁当 ☺	ミルク、☆調製豆乳、	☆ホットケーキ粉、☆三温糖、☆無塩バター	☆マーマレードジャム
				ミルク 赤ちゃんせんべい	ミルク マーマレードケーキ			
30	木	☺ お弁当 ☺	☺ お弁当 ☺	☺ お弁当 ☺	☺ お弁当 ☺	ミルク	赤ちゃんせんべい、☆ビスコ	バナナ
				ミルク 赤ちゃんせんべい バナナ(きざみ)	ミルク ビスコ バナナ			
31	金	☺ お弁当 ☺	☺ お弁当 ☺	☺ お弁当 ☺	☺ お弁当 ☺	ミルク	☆スティックパン	
				ミルク 赤ちゃんせんべい	ミルク スティックパン			

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます
☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります

