



# 2023年12月 離乳食献立表



	初期 5~6カ月頃 (1回食)	中期 7~8カ月頃 (1回食・2回食)	後期 9~11カ月頃 (1回食・2回食)	完了期 12~18カ月頃 (昼食・午後おやつ)
1日 15日 (金)			軟飯(お粥+軟飯) 鶏肉,人参煮 もやしとツナの和え物(醤油) みそ汁(玉ねぎ,わかめ) みかん スティック食パン ほうれん草,キャベツ,人参煮	軟飯 鶏肉の南部焼き キャベツとわかめのツナ和え みそ汁 みかん ジャムサンド(いちごジャム) 牛乳
2日 16日 (土)			軟飯(お粥+軟飯) 豚肉,かぼちゃ,玉ねぎ煮 みそ汁(白菜,しめじ) 煮りんご おじや(小松菜,玉ねぎ) きゅうり,人参煮	豚きんぴら丼(ごぼう,れんこん抜き) かぼちゃサラダ みそ汁 煮りんご バナナマフィン(スキムミルク抜き) 牛乳
4日 18日 (月)			にゅうめん(もやし,わかめ,人参,みそ) 豚肉,じゃが芋,ブロッコリー煮 バナナ しらす粥(人参) ほうれん草,玉ねぎ	みそラーメン(コーン抜き) 豚肉,じゃが芋,ブロッコリー煮 バナナ カレーピラフ 牛乳
5日 (火)			軟飯(お粥+軟飯) 鶏肉,小松菜,玉ねぎ煮 すまし汁(白菜,豆腐) オレンジ おじや(さつまい,玉ねぎ) ブロッコリー,人参煮	軟飯 鶏肉の照り焼き ブロッコリーのチーズサラダ(コーン抜き) みそ汁 オレンジ コーンフレークとさつまいのヨーグルト和え 牛乳
6日 20日 (水)			軟飯(お粥+軟飯) 豚肉,ほうれん草煮 もやし,赤緑ピーマンのおかか和え(醤油) みそ汁(長ネギ,キャベツ) 煮りんご うどん(大根,人参,醤油) なす,玉ねぎ煮	軟飯 豚肉と厚揚げのねぎ塩炒め ほうれん草と大根のサラダ 中華スープ 煮りんご やさいポッキー 牛乳
7日 21日 (木)			スティック食パン 豚ひき肉とじゃが芋のみそ焼き キャベツ,人参煮 かぼちゃのミルクスープ(玉ねぎ,粉ミルク) バナナ きなこ粥 ほうれん草,きゅうり,人参煮	食パン スコップコロック フレンチサラダ(コーン抜き) かぼちゃのミルクスープ(スキムミルク抜き) バナナ きなこおにぎり 牛乳
8日 22日 (金)			軟飯(お粥+軟飯) さけ,玉ねぎ煮 納豆和え(小松菜,人参,醤油,青のり) みそ汁(大根) みかん おじや(わかめ,玉ねぎ) ピーマン,人参煮	軟飯 ぶりのてり焼き 納豆のり和え みそ汁 みかん 焼きビーフン(ベーコン抜き) 麦茶

☆完了期は、幼児食をベースに完了期の食材表にないものを除去しています。

幼児食の献立表と合わせてご確認ください。

☆材料の都合により献立を変更することがあります。

☆初めての食材についてはご家庭で食べていただき、体調の変化がないか確認して下さい。



# 2023年12月 離乳食献立表



	初期 5~6カ月頃 (1回食)	中期 7~8カ月頃 (1回食・2回食)	後期 9~11カ月頃 (1回食・2回食)	完了期 12~18カ月頃 (昼食・午後おやつ)
9日 23日 (土)			豚ひき肉と玉ねぎの和風パスタ(醤油) ブロッコリー、人参煮 だしスープ(白菜) 煮りんご	ミートソースパグティ ブロッコリーツナサラダ コンソメスープ 煮りんご
11日 (月)			ツナ粥(人参) ほうれん草、玉ねぎ煮 軟飯(お粥+軟飯) 鶏肉、玉ねぎ煮 ひじきと人参の煮物(醤油) みそ汁(キャベツ) オレンジ おじや(さつま芋、玉ねぎ) 小松菜、人参煮	肉まん風蒸しパン(しょうが抜き) 牛乳 軟飯 鶏肉の塩焼き(レモン抜き) 高野とひじきの煮物 みそ汁(なめこ抜き) オレンジ さつま芋スティック(焼き) 牛乳
12日 26日 (火)			軟飯(お粥+軟飯) カレーと人参のみそ煮 ほうれん草、もやしのおかか和え(醤油) すまし汁(玉ねぎ、わかめ) ヨーグルト スティック食パン 白菜、ブロッコリー、人参煮	軟飯(押麦抜き) サバのみそ煮(しょうが抜き) ほうれん草の和え物(塩昆布抜き) すまし汁 ヨーグルト(もも缶抜き) メロンパントースト 牛乳
13日 27日 (水)			うどん(かぼちゃ、大根、みそ) 鶏肉の照り焼き(醤油) キャベツ、人参煮 みかん しらす粥(人参) ほうれん草、玉ねぎ煮	けんちんうどん(ごぼう、こんにゃく抜き) 鶏肉の照り焼き キャベツとわかめのおかか和え みかん しらすきつねおにぎり 麦茶
14日 (木)			軟飯(お粥+軟飯) 豚肉、じゃが芋、人参煮(醤油) みそ汁(小松菜、玉ねぎ) バナナ ツナ粥(ブロッコリー) 白菜、人参煮	豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参のポトフ 小松菜のマヨサラダ(コーン抜き) コンソメスープ バナナ 米粉きなこクッキー(スキムミルク抜き) 牛乳
19日 (火)			軟飯(お粥+軟飯) さわらと大根のみそ煮 小松菜と人参のおかか和え(醤油) すまし汁(長ネギ、豆腐) みかん おじや(玉ねぎ、人参) キャベツ、ほうれん草煮	軟飯 さわらのみそマヨネーズ焼き 小松菜のおかか和え 豚汁 みかん お楽しみ米粉ケーキ 牛乳
25日 (月)			リゾット(鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、粉ミルク) じゃが芋、ブロッコリー、赤黄パプリカサラダ スープ(白菜) バナナ かぼちゃ粥 小松菜、玉ねぎ、人参煮	豚と野菜のトマト煮(れんこん、レーズン抜き) ポテトサラダ コンソメスープ(白菜、人参) バナナ いちごのサンタケーキ(マジュマロヨーグルト ココア⇒黒ゴマ) 牛乳
28日 (木)			軟飯(お粥+軟飯) 豚ひき肉、豆腐、玉ねぎ煮(醤油) 小松菜、人参煮 みそ汁(白菜、しめじ) バナナ しらす粥(玉ねぎ) もやし、人参	軟飯 マーボー豆腐(にんにく、しょうが抜き) 春雨サラダ(コーン抜き) 中華スープ(ベーコン抜き) バナナ 米粉きなこクッキー(スキムミルク抜き) 牛乳

☆完了期は、幼児食をベースに完了期の食材表にないものを除去しています。

幼児食の献立表と合わせてご確認ください。

☆材料の都合により献立を変更することがあります。

☆初めての食材についてはご家庭で食べていただき、体調の変化がないか確認して下さい。