

12月離乳食献立表

あおぞら陽明保育園

日付	中期食（7～8か月ごろ）	
	午前	午後
1(月)	3倍がゆ わかめのスープ ツナとさつまいものあんかけ	コーンスープ 豆腐プレート
2(火)	3倍がゆ（しらすとひじき） にんじんのみそ汁 カレイときゅうりの煮物	かぼちゃのおかゆ
3(水)	3倍がゆ 大根のみそ汁 鶏肉とほうれん草の洋風煮	ほうれん草のスープ 豆腐プレート
4(木)	バケット 人参の中華スープ しらすときゅうりの和風煮	みそだれのおかゆ
5(金)	ツナのあんかけ丼 カブとコーンのスープ わかめとキャベツの和え物	コーンスープ 手作りバナナ食パン
8(月)	3倍がゆ やさいの豆乳スープ たらとにんじんのとろみ煮	蒸しさつまいも
9(火)	3倍がゆ キャベツのみそ汁 しらすと人参の煮物	ほうれん草のスープ 豆腐プレート
10(水)	味噌煮込みうどん ブロッコリー かぼちゃ バナナ	かぼちゃのおかゆ
11(木)	ツナと玉ねぎのあんかけ丼 わかめのみそ汁 キャベツの和え物	えだまめのおかゆ
12(金)	3倍がゆ 手まり麩とほうれん草のすまし汁 たらとかぶのあんかけ	コーンのスープ 豆腐プレート
15(月)	和風肉みそスパゲッティー かぼちゃとにんじんのスープ キャベツサラダ	しらすのおかゆ
16(火)	3倍がゆ 大根とにんじんのみそ汁 しらすときゅうりの洋風煮	豆腐のきな粉がけ
17(水)	3倍がゆ コーンのスープ 鶏肉とひじきの和風煮	コーンのおかゆ
18(木)	ツナのあんかけ丼 ほうれん草のスープ キャベツの和え物	かぼちゃのおかゆ
19(金)	にんじんのおかゆ 豆乳コーンスープ 鶏肉とブロッコリーのあんかけ	枝豆のスープ 豆腐プレート
22(月)	3倍がゆ かぼちゃのみそ汁 鶏肉とキャベツの煮物	しらすのおかゆ
23(火)	しらすやさい丼 豆乳とコーンのみそ汁 小松菜と人参のサラダ	ほうれん草のおかゆ
24(水)	3倍がゆ さつま芋のみそ汁 鮭と小松菜のとろみ煮	コーンスープ 豆腐プレート
25(木)	3倍がゆ マカロニスープ しらすと人参の和風煮	バナナ
26(金)	手打ち（わかめうどん） 鶏肉とかぼちゃのとろみ煮	ワカメのおかゆ

* 献立は材料の都合により変更することがあります。
 * 調理形態は月齢や体調、個人に合わせて変更することがあります。
 * 午前のおやつには赤ちゃんせんべいやクッキーを食べています。（後期）