

12月離乳食

よつば陽明保育園

日付	後期食（9～11か月ごろ）	
	午前	午後
1(月)	3倍がゆ わかめとおふのみそ汁 鮭のみそ焼き ひじきの五目煮	みかんヨーグルト
2(火)	3倍がゆ 厚揚げとねぎのみそ汁 てりやきハンバーグ きゅうりのなめたけ和え	お芋クッキー
3(水)	3倍がゆ ブロッコリーのスープ 豚肉の炒め物 マカロニサラダ	コーンスープ 手作り食パン
4(木)	手打ち肉うどん かぼちゃの甘煮 バナナ	ほうれん草のおかゆ
5(金)	トマトハヤシライス ほうれん草とコーンのスープ さつまいものバター焼き	ミルクスープ シュガーパン
8(月)	どんどろけめし 切干大根とたまねぎのみそ汁 鮭の照り煮 ほうれん草とにんじんの和え物	焼うどん
9(火)	和風あんかけ丼 ねぎのみそ汁 キャベツの和え物	ほうれん草スープ ホットケーキ
10(水)	しらすわかめおにぎり 鮭とかぼちゃの煮物 ブロッコリー みかん缶	ミルクスープ バタートースト
11(木)	3倍がゆ えのきとにんじんのみそ汁 カレイの煮つけ ひじきサラダ	コーンスープ 手作りデニッシュパン

12(金)	納豆ひき肉丼 コーンのすまし汁 切干大根のサラダ	かぼちゃおかゆ
15(月)	3倍がゆ 大根と油揚げのみそ汁 鮭のみそ焼き かぼちゃサラダ	ミルクスープ トマトソース(コーン)
16(火)	やさいそぼろ丼 人参のスープ キャベツとコーンのサラダ	ヨーグルトケーキ
17(水)	かき卵うどん 鶏肉と照り煮 もも缶	お芋クッキー
18(木)	3倍がゆ たまねぎのみそ汁 鶏の煮物 スパゲティーサラダ	かぼちゃスープ 食パン
19(金)	3倍がゆ コーンのスープ チャプチェ風 ブロッコリー	コーンスープ バタートースト
22(月)	3倍がゆ お麩と玉子豆腐のすまし汁 豚肉とナスのみそ炒め 無限もやし	ミルクスープ 食パン
23(火)	ミートソーススパゲッティー オニオンスープ キャベツの和え物	コーンのおかゆ
24(水)	おにぎり コーンスープ ハンバーグ リースブロッコリー モモジュレ	かぼちゃクッキー
25(木)	トマトあんかけ丼 ブロッコリーのスープ ツナサラダ	ほうれん草のスープ 手作り食パン

26(金)	3倍がゆ もやしとねぎのみそ汁 鮭の煮物 きゅうりとしらすのおかか和え	お芋クッキー
-------	--	--------

- *献立は材料の都合により変更する
- *調理形態は月齢や体調、個人に合わせ
- *午前のおやつには赤ちゃんせんべい

献立表

完了期食（12か月ごろ～）	
午前	午後
ごはん わかめとおふのみそ汁 鮭のみそマヨ焼き ひじきの五目煮	みかんヨーグルト
ごはん 厚揚げとねぎのみそ汁 てりやきハンバーグ きゅうりのなめたけ和え	バナナバウムクーヘン
ごはん ブロッコリーとごまのスープ 豚肉のスタミナ炒め マカロニサラダ	手作り食パン （ぶるーべリージャム）
五目手打ちうどん かぼちゃの甘煮 バナナ	たぬきおにぎり
トマトハヤシライス ほうれん草とコーンのスープ さつまいものバター焼き	シュガートースト
どろけめし 切干大根とたまねぎのみそ汁 鮭の塩こうじ焼き ほうれん草とにんじんのごま和え	ベビーチーズ 焼きそば
和風カレー丼 ねぎとおくらのみそ汁 キャベツの昆布和え	マーブルケーキ（ココア）
しらすわかめおにぎり 白身フライ かぼちゃのゴマよごし ブロッコリー みかん缶	あんバターサンド
ごはん えのきとにんじんのみそ汁 カレーの煮つけ ひじきサラダ	手作りデニッシュパン

<p>納豆ひき肉丼 とろろ昆布のすまし汁 切干大根のサラダ</p>	<p>コーンフレーク</p>
<p>ごはん 大根と油揚げのみそ汁 さばのみそ焼き かぼちゃサラダ</p>	<p>ピザトースト</p>
<p>ガパオ風ライス 人参とパセリのスープ ハムサラダ</p>	<p>ヨーグルトケーキ</p>
<p>かき卵うどん 照りマヨチーズチキン もも缶</p>	<p>フルーチェ（いちご） クッキー</p>
<p>ごはん オクラとたまねぎのみそ汁 鶏のからあげ スパゲティーサラダ</p>	<p>手作りレーズンパン</p>
<p>ごはん コーンとパセリのスープ チャプチェ ブロッコンブ</p>	<p>チーズトースト</p>
<p>ごはん お麩と玉子豆腐のすまし汁 豚肉とナスのみそ炒め 無限もやし</p>	<p>手作りあん食パン</p>
<p>ミートソーススパゲッティー オニオンスープ キャベツのザワークラウト</p>	<p>チュモツパ</p>
<p>サンタおにぎり 中華コーンスープ トナカイバーグ リースブロッコリー みかん</p>	<p>ミルクココア バニラクッキー</p>
<p>キーマカレーライス ブロッコリーのスープ ツナサラダ</p>	<p>手作り食パン</p>

ごはん もやしとねぎのみそ汁 さばの竜田揚げ きゅうりとしらすのおかか和え	スティックパン りんごジュース
--	--------------------

ことがあります。
わせて変更することがあります。
いやクッキーを食べています。（後期）