

12月 離乳食献立予定

令和6年度 こどもパル

		12~18ヶ月	9~11ヶ月	7・8ヶ月	6ヶ月
		◎は10時、○は午後おやつ	○は午後おやつ		
2	月	野菜ラーメン ほうれん草の中華サラダ チーズ みかん ◎牛乳 米菓子 ○牛乳 マッシュマロサンド	煮込みうどん ほうれん草のしらす和え ブロッコリーと人参の煮物 軟飯~全粥 ◎お茶 みかん	煮込みうどん ほうれん草のしらす和え 白菜と人参の煮物 5倍粥	ほうれん草としらすのペースト 白菜と人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
3	火	おでん ゆでブロッコリー 花魁のすまし汁 パイン ◎飲むヨーグルト ポーロ ○牛乳 スイートポテト	大根の煮物 柔かブロッコリー 花魁のすまし汁 軟飯~全粥 ◎お茶 パイン	大根の煮物 ブロッコリー 花魁のすまし汁 5倍粥	ささ身のペースト ブロッコリーのペースト 麺のペースト 野菜スープ 10倍粥
4	水	ハンバーグ 人参の甘煮 ブロッコリーサラダ 野菜のコンソメスープ オレンジ ◎牛乳 パナナ ○牛乳 ビスケット	チキンハンバーグ ブロッコリーの柔か煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ	チキンハンバーグ ブロッコリーの柔か煮 野菜スープ 5倍粥	ささみのペースト ブロッコリーのペースト 野菜スープ 10倍粥
5	木	おにぎり コロッケ ブロッコリーサラダ フライドポテト スープ いちご ◎野菜ジュース ○豆乳 フルーツゼリー	野菜とツナのリゾット 煮魚 ブロッコリーと人参の煮物 じゃが芋煮 軟飯~全粥 ◎お茶 いちご	野菜とツナのリゾット 煮魚 ブロッコリーと人参のやわらか煮 じゃが芋煮 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト じゃが芋のペースト ブロッコリーと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
6	金	鮭のホイル焼き焼き キャベツサラダ じゃが芋の味噌汁 パナナ ◎牛乳 コーンフレーク ○飲むヨーグルト おからドーナツ	焼き鮭 キャベツの煮物 じゃがいものすまし汁 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ	煮魚 キャベツの煮物 じゃがいものすまし汁 5倍粥	白身魚のペースト キャベツの柔か煮 じゃが芋のペースト 野菜スープ 10倍粥
7	土	牛乳 せんべい オレンジジュース クラッカー			
9	月	たらこパスタ ポイル野菜のドレッシングサラダ 白菜のコンソメスープ みかん ◎牛乳 米菓子 ○牛乳 きな粉トースト	煮魚 キャベツのやわらか煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 みかん	煮魚 キャベツのやわらか煮 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト キャベツのペースト 野菜スープ 10倍粥
10	火	大根の中華風煮 ブロッコリーのおかか和え なめこ汁 パナナ ◎牛乳 スティックパン ○牛乳 肉まん	豆腐と大根の煮物 ブロッコリーのやわらか煮 軟飯~全粥 麺のすまし汁 ◎お茶 パナナ	豆腐と大根の煮物 ブロッコリーのやわらか煮 麺のすまし汁 5倍粥	豆腐のペースト ブロッコリーと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
11	水	ミートボールのケチャップ和え ポイルキャベツ 甘煮豆 卵スープ オレンジ ◎牛乳 クラッカー ◎お茶 おにぎり	肉団子煮 甘煮豆 キャベツの煮物 玉ねぎのスープ 軟飯~全粥 ◎お茶 オレンジ	肉団子煮 煮豆 キャベツの煮物 玉ねぎのスープ 5倍粥	ささ身のペースト 金時豆のペースト じゃがいもと人参の煮物 野菜スープ 10倍粥
12	木	キーマカレー 人参サラダ チーズ パナナ ◎牛乳 せんべい ○牛乳 カップケーキ	煮魚 人参と玉ねぎの和え物 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ	煮魚 人参と玉ねぎのやわらか煮 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト 人参と玉ねぎのペースト 野菜スープ 10倍粥
13	金	コロッケ キャベツのドレッシングサラダ 白菜の味噌汁 みかん ◎牛乳 せんべい ○牛乳 さつま芋の塩キャラメル	じゃがいものそぼろ煮 キャベツと人参の煮物 軟飯~全粥 白菜の味噌汁 ◎お茶 みかん	じゃがいものそぼろ煮 キャベツと人参の煮物 白菜スープ 5倍粥	ささ身とじゃがいものペースト キャベツと人参のペースト 白菜スープ 10倍粥
14	土	牛乳 クラッカー りんごジュース せんべい			
16	月	焼きそば ウィンナー ゆでブロッコリー 大根の味噌汁 パナナ ◎牛乳 せんべい ○牛乳 ちんすこう	ブロッコリーのそぼろあんかけ しらす干し 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ	ブロッコリーのそぼろあんかけ しらす干し 野菜スープ 5倍粥	しらすのペースト ブロッコリーのペースト 野菜スープ 10倍粥
17	火	鱈のカラフル焼き ほうれん草の白和え かぼちゃの甘煮 かき玉汁 みかん ◎牛乳 パナナ ○豆乳 マカロニ安梧川	煮魚 ほうれん草の柔か煮 かぼちゃの甘煮 白菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 みかん	煮魚 ほうれん草の柔か煮 かぼちゃの甘煮 白菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト かぼちゃのペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ 10倍粥
18	水	高野豆腐と肉団子の煮物 ブロッコリーのオーロラソース和え じゃが芋の味噌汁 パナナ ◎ヨーグルト ○牛乳 かりんとう	鶏肉団子の煮物 ブロッコリーの柔らか煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ	鶏肉団子の煮物 ブロッコリーの柔らか煮 野菜スープ 5倍粥	ささみのペースト ブロッコリーと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
19	木	★たらのアップルグリル★人参ラベ 野菜のポトフ みかん ◎牛乳 米菓子 ○牛乳 ★コーンパン	焼き魚 人参といんげんの煮物 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 みかん	焼き魚 人参といんげんの煮物 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト 人参と玉ねぎのペースト 野菜スープ 10倍粥
20	金	餃子 伴三糸 わかめの中華スープ グレープフルーツ ◎豆乳 ビスケット ○りんごジュース クッキー	肉団子 春雨と野菜の柔か煮 玉ねぎスープ 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ	肉団子 春雨と野菜の柔か煮 玉ねぎスープ 5倍粥	ささみのペースト 人参とキャベツのペースト 野菜スープ 10倍粥
21	土	牛乳 せんべい オレンジジュース サブレ			
23	月	天ぷらうどん お魚ふりかけ チーズ (野菜かき揚げ) ほうれん草のごま和え みかん ◎牛乳 ポーロ ○牛乳 ホットケーキ	煮込みうどん 柔かしらす ほうれん草と豆腐の柔か煮 軟飯~全粥 ◎お茶 みかん	煮込みうどん 柔かしらす ほうれん草のやわらか煮 5倍粥	しらすのペースト 人参のペースト ほうれん草と小松菜のペースト 野菜スープ 10倍粥
24	火	チキンライス トンカツ ポテトサラダ スパソテー スープ 添え菜 いちご ◎野菜ジュース ○豆乳 ショートケーキ	鶏肉と野菜の煮物 野菜リゾット マッシュポテト スパゲティと野菜のスープ ◎お茶 いちご	ささみと野菜の煮物 じゃがいもの煮物 野菜のスープ 5倍粥	ささみのペースト じゃがいもとブロッコリーのペースト 野菜スープ 10倍粥
25	水	焼鯖 ポイルキャベツ ひじきの炒め煮 生揚げの味噌汁 オレンジ ◎牛乳 クラッカー ○牛乳 ピザトースト	白身魚煮 キャベツのやわらか煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 オレンジ	白身魚煮 キャベツのやわらか煮 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト キャベツのペースト 野菜スープ 10倍粥
26	木	鮭の豆乳マヨ焼き すろっぽ 高野豆腐の味噌汁 みかん ◎牛乳 パナナ ○牛乳 さつまきな粉	焼き鮭 大根と人参の煮物 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 みかん	煮魚 大根と人参の煮物 キャベツの煮物 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト 大根と人参の柔か煮 キャベツのペースト 野菜スープ 10倍粥
27	金	ポークカレー チーズ 野菜のドレッシングサラダ オレンジ ◎牛乳 クッキー ○牛乳 サンドビスケット	鶏肉団子の煮物 キャベツと大根の旨煮 軟飯~全粥 ◎お茶 オレンジ	鶏肉団子の煮物 キャベツと大根の旨煮 野菜スープ 5倍粥	ささみと玉ねぎのペースト キャベツと大根のペースト 野菜スープ 10倍粥
28	土	牛乳 ビスケット りんごジュース ソフトあられ			

発達の段階や離乳食の進み具合により、メニューを変更する場合があります。