


**12月 離乳食献立表**

令和4年11月30日 莊原保育園

	3 回 食			3 回 食	
	献立	材 料		献立	材 料
12/1 (木)	軟飯又はお粥 豆腐ハンバーグ お浸し 野菜スープ	米 豚ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 白菜、ほうれん草、人参 かぼちゃ、キャベツ、ブロッコリー	12/16 (金)	軟飯又はお粥 ササミの照り焼き ゆで野菜 野菜スープ	米 鶏ササミ ブロッコリー、人参 人参、大根、さつまい
12/2 (金)	軟飯又はお粥 魚の青のり焼き お浸し 野菜スープ	米 白身魚、青のり、小麦粉 ほうれん草、人参、ひじき 人参、もやし、豆腐	12/19 (月)	軟飯又はお粥 魚の漬け焼き 納豆和え 野菜スープ	米 白身魚 ほうれん草、白菜、納豆 人参、大根、かぼちゃ
12/5 (月)	軟飯又はお粥 そばろ煮 ゆで野菜 野菜スープ	米 鶏ミンチ、かぼちゃ、キャベツ 人参、ブロッコリー 玉ねぎ、もやし、人参	12/20 (火)	軟飯又はお粥 豆腐ハンバーグ サラダ 野菜スープ	米 豚ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 マカロニ、ブロッコリー、トマト さつまい、大根、玉ねぎ
12/6 (火)	軟飯又はお粥 魚の野菜あんかけ 納豆和え 野菜スープ	米 白身魚、玉ねぎ、ブロッコリー、片栗粉 キャベツ、人参、納豆 白菜、玉ねぎ、しめじ	12/21 (水)	軟飯又はお粥 ササミの味噌焼き サラダ 野菜スープ	米 鶏ササミ、 じゃが芋、ひじき、ブロッコリー トマト、かぶ、玉ねぎ、人参
12/7 (水)	軟飯又はお粥 蒸し鶏 サラダ 野菜スープ	米 鶏ササミ、人参 かぼちゃ、ブロッコリー 玉ねぎ、キャベツ、さつまい	12/22 (木)	軟飯又はお粥 魚の照り焼き 白和え ほうとう汁	米 白身魚 ほうれん草、ひじき、豆腐 うどん、かぼちゃ、大根、人参
12/8 (木)	軟飯又はお粥 焼き魚 和え物 野菜スープ	米 鮭 小松菜、ひじき、人参 じゃが芋、玉ねぎ、もやし	12/23 (金)	軟飯又はお粥 マーボー豆腐風煮 サラダ 野菜スープ	米 豚ミンチ、豆腐、玉ねぎ、人参、片栗粉 鶏ササミ、じゃが芋、ブロッコリー、 白菜、人参、もやし
12/9 (金)	軟飯又はお粥 マーボー豆腐風煮 和え物 野菜煮	米 豚ミンチ、豆腐、玉ねぎ、人参、片栗粉 鶏ササミ、ブロッコリー、キャベツ さつまい、ひじき	12/26 (月)	軟飯又はお粥 魚のムニエル お浸し 野菜スープ	米 白身魚 ほうれん草、人参 白菜、大根、玉ねぎ
12/12 (月)	軟飯又はお粥 鶏の照り焼き 和え物 野菜スープ	米 鶏ムネ肉 ほうれん草、人参 大根、玉ねぎ、キャベツ	12/27 (火)	軟飯又はお粥 つくね焼き 煮物 野菜スープ	米 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 かぼちゃ、ブロッコリー トマト、キャベツ、人参、もやし
12/13 (火)	軟飯又はお粥 煮魚 お浸し 野菜スープ	米 白身魚 青梗菜、人参 大根、ブロッコリー、白菜	12/28 (水)	軟飯又はお粥 そばろ煮 納豆和え 野菜スープ	米 豚ミンチ、大根、椎茸 白菜、人参、納豆 かぶ、玉ねぎ、人参
12/14 (水)	軟飯又はお粥 そばろ煮 お浸し 野菜スープ	米 豚ミンチ、大根 ほうれん草、人参 さつまい、白菜、もやし	12/29 (木)	煮込みうどん 鶏じゃが煮 サラダ	うどん、ほうれん草、人参、玉ねぎ 鶏ササミ、じゃが芋、玉ねぎ、人参 かぼちゃ、ブロッコリー
12/15 (木)	軟飯又はお粥 魚の磯焼き 和え物 野菜スープ	米 鮭、青のり、小麦粉 キャベツ、人参、ブロッコリー 大根、玉ねぎ、もやし	12/30 (金)	<b>年末休園</b>	

- \* 献立は都合により変更することがあります。
- \* 保育園の離乳食には、おうちで食べられた食品のみを使用致します。
- \* 少量の醤油、味噌、みりん、三温糖を使用する場合があります。

