


12月 離乳食献立表


令和5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 (金)	軟飯又はお粥 ささ身とブロッコリー煮 煮物 野菜スープ	米 鶏ささ身、ブロッコリー 大根、人参 玉ねぎ、じゃが芋、白菜	12/18 (月)	軟飯又はお粥 魚の照り焼き 和え物 野菜スープ	米 白身魚 キャベツ、人参、ひじき 玉ねぎ、もやし、人参
12/4 (月)	軟飯又はお粥 魚の照り焼き 和え物 野菜スープ	米 白身魚 キャベツ、人参 かぼちゃ、玉ねぎ、大根	12/19 (火)	軟飯又はお粥 つくね焼き 和え物 野菜スープ	米 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 春雨、きゅうり、人参 さつま芋、白菜、もやし
12/5 (火)	軟飯又はお粥 ささ身の照り焼き 和え物 野菜スープ	米 鶏ささ身 ブロッコリー、人参 さつま芋、玉ねぎ、大根	12/20 (水)	軟飯又はお粥 白身魚の青のり焼き お浸し 野菜スープ	米 白身魚、小麦粉、青のり ほうれん草、人参、もやし じゃが芋、玉ねぎ、かぶ、白菜
12/6 (水)	トースト ハンバーグ サラダ 野菜スープ	食パン 合いびきミンチ、玉ねぎ、豆腐、片栗粉 じゃが芋、きゅうり、トマト かぶ、人参、キャベツ	12/21 (木)	軟飯又はお粥 ささ身と野菜煮 茹で野菜 野菜スープ	米 鶏ささ身、玉ねぎ、人参 大根、ブロッコリー 白菜、かぼちゃ、玉ねぎ
12/7 (木)	軟飯又はお粥 焼き魚 お浸し 野菜スープ	米 鮭 ほうれん草、人参 大根、玉ねぎ、豆腐、さつま芋	12/22 (金)	軟飯又はお粥 ささ身の照り焼き 野菜スティック煮 野菜スープ	米 鶏ささ身 大根、人参 ブロッコリー、かぼちゃ
12/8 (金)	軟飯又はお粥 となかいバーグ マカロニサラダ 野菜スープ	米 合いびきミンチ、玉ねぎ、豆腐、片栗粉 マカロニ、ブロッコリー、さつま芋 白菜、玉ねぎ、人参	12/25 (月)	軟飯又はお粥 魚のムニエル サラダ 野菜スープ	米 鮭、小麦粉 さつま芋、ブロッコリー、人参 小松菜、大根、玉ねぎ、豆腐
12/11 (月)	軟飯又はお粥 ささ身の味噌焼き 茹で野菜 野菜スープ	米 鶏ささ身 ブロッコリー、さつま芋 トマト、大根、人参	12/26 (火)	軟飯又はお粥 豆腐ハンバーグ 納豆和え 野菜スープ	米 豚ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 ほうれん草、人参、ひじき、納豆 じゃが芋、大根、玉ねぎ
12/12 (火)	軟飯又はお粥 魚の野菜あんかけ 白あえ 野菜スープ	米 白身魚、玉ねぎ、人参 ひじき、小松菜、豆腐 大根、人参、さつま芋	12/27 (水)	軟飯又はお粥 煮魚 コロコロサラダ 野菜スープ	米 白身魚 大根、人参、ブロッコリー さつま芋、玉ねぎ、チンゲン菜
12/13 (水)	軟飯又はお粥 ささ身の照り焼き 納豆和え 野菜スープ	米 鶏ささ身 ほうれん草、人参、納豆 白菜、かぼちゃ、玉ねぎ	12/28 (木)	軟飯又はお粥 つくね焼き 白和え 野菜スープ	米 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 白菜、ブロッコリー、豆腐 玉ねぎ、人参、さつま芋
12/14 (木)	軟飯又はお粥 マーボー豆腐 茹で野菜 野菜スープ	米 豚ミンチ、豆腐、玉ねぎ、人参、ブロッコリー カリフラワー、さつま芋 大根、人参、青梗菜	12/29 (金)	煮込みうどん ささ身と野菜煮 茹で野菜	うどん、白菜、人参、玉ねぎ 鶏ささ身、さつま芋 ブロッコリー、かぼちゃ
12/15 (金)	軟飯又はお粥 魚の照り焼き コロコロサラダ 野菜スープ	米 白身魚 大根、人参、ブロッコリー 玉ねぎ、白菜、かぼちゃ			

- * 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。

