

2020年度 12月 離乳食 献立表

日	曜	昼食	午前おやつ	午後おやつ
1	火	食ぱん(ぱんがゆ) ささみの和風煮 野菜の軟らか煮 粉ふき芋 野菜スープ 食ぱん ささみ キャベツ 人参 もやし ニラ 椎茸 じゃが芋 玉葱 えのき	くだもの	味噌がゆ 米 味噌 人参 椎茸 玉葱
2	水	軟飯(かゆ) 焼魚 雌株と野菜の煮びたし 南瓜煮 みそ汁 米 ムキガレイ 雌株 キャベツ 人参 きゅうり 南瓜 味噌 玉葱 大根	くだもの	クリームリゾット 米 玉葱 人参 粉ミルク
3	木	軟飯(かゆ) 焼魚 人参と椎茸の軟らか煮 茹でブロッコリー みそ汁 米 ムキガレイ 人参 椎茸 ブロッコリー 味噌 大根 人参 葱 しめじ 里芋	くだもの	わかめうどん うどん わかめ 人参 葱 しめじ
4	金	軟飯(かゆ) 豆腐入り肉団子 野菜の軟らか煮 ポテト煮 野菜スープ 米 豆腐 鶏ひき 人参 きゅうり もやし じゃが芋 玉葱	くだもの	じゃが芋もち じゃが芋 片栗粉 油
5	土	味噌野菜おじや さつま芋煮 味噌 米 人参 大根 もやし 葱 椎茸 さつま芋	くだもの	コーンヌードル うどん 粉ミルク クリームコーン 玉葱 人参
7	月	軟飯(かゆ) 焼魚 人参と椎茸の軟らか煮 ほうれん草ともやしの煮びたし 豆腐のすまし汁 米 ムキガレイ 人参 椎茸 ほうれん草 もやし 豆腐 えのき 葱	くだもの	ツナと野菜のうどん ツナ 人参 椎茸 うどん
8	火	軟飯(かゆ) 豚ひきの軟らか煮 水菜の煮びたし 南瓜煮 みそ汁 米 豚ひき 水菜 人参 南瓜 味噌 大根 葱 しめじ	くだもの	フィッシュポテト じゃが芋 ムキガレイ
9	水	食ぱん(ぱんがゆ) ささみの和風煮 キャベツの軟らか煮 粉ふき芋 野菜スープ 食ぱん ささみ キャベツ もやし 人参 じゃが芋 葱 椎茸 ニラ	くだもの	夕焼けおじや 米 人参 葱
10	木	軟飯(かゆ) 煮魚 卵の花煮 茹でブロッコリー みそ汁 米 ギンダラ おから 葱 人参 椎茸 ブロッコリー 味噌 人参 大根 白菜 里芋	くだもの	しらす入り青菜おじや 米 しらす 小松菜 葱 人参
11	金	軟飯(かゆ) そぼろ煮 ひじきと野菜の軟らか煮 ポテト煮 野菜スープ 米 鶏ひき ひじき キャベツ 人参 きゅうり セロリ えのき じゃが芋 玉葱	くだもの	味噌煮込みうどん うどん 味噌 人参 えのき 玉葱
12	土	野菜スープリゾット 茹でブロッコリー 米 えのき 葱 ニラ ブロッコリー	くだもの	わかめおじや 米 わかめ 人参 葱 えのき
14	月	軟飯(かゆ) 納豆のおろし煮 野菜の煮びたし ポテト煮 みそ汁 米 ひき割り納豆 しらす カブ 小松菜 もやし じゃが芋 味噌 大根 人参 葱	くだもの	ミルクポテト じゃが芋 粉ミルク
15	火	軟飯(かゆ) ささみの和風煮 ほうれん草の軟らか煮 ポテト煮 もずくのすまし汁 米 ささみ ほうれん草 もやし 人参 じゃが芋 もずく えのき 葱	くだもの	ツナと野菜のおやき 米 ツナ 人参 葱 油
16	水	軟飯(かゆ) 煮魚 野菜の煮びたし ひじき煮 豆腐のみそ汁 米 ギンダラ 小松菜 もやし ひじき 人参 椎茸 味噌 豆腐 えのき 葱	くだもの	さつま芋団子 さつま芋 片栗粉 油
17	木	食ぱん(ぱんがゆ) 豆腐入り肉団子 野菜の軟らか煮 茹でブロッコリー かぼちゃスープ 食ぱん 豆腐 鶏ひき キャベツ 人参 大根 ブロッコリー 南瓜 玉葱 粉ミルク	くだもの	夕焼けうどん うどん 葱 人参
18	金	軟飯(かゆ) レバーペースト じゃが芋の軟らか煮 茹でブロッコリー みそ汁 米 豚レバー じゃが芋 ブロッコリー 味噌 わかめ 大根 玉葱	くだもの	クリームヌードル うどん 粉ミルク 玉葱 芋
19	土	軟らか焼きうどん 南瓜煮 うどん キャベツ ピーマン パプリカ 椎茸 人参 南瓜	くだもの	青菜おじや 米 小松菜 葱 人参
21	月	軟飯(かゆ) そぼろ煮 野菜の軟らか煮 ポテト煮 野菜スープ 米 豚ひき 人参 もやし きゅうり じゃが芋 玉葱	くだもの	南瓜団子 南瓜 片栗粉 油
22	火	軟飯(かゆ) ささみの和風煮 茹でブロッコリー スティックきゅうり 野菜スープ 米 ささみ ブロッコリー きゅうり 人参 葱 ニラ もやし 椎茸	くだもの	青菜うどん うどん 小松菜 葱 人参
23	水	軟飯(かゆ) 焼魚 南瓜煮 カブの含め煮 青菜のみそ汁 米 ムキガレイ 南瓜 カブ 味噌 小松菜 えのき 葱	くだもの	味噌南瓜がゆ 味噌 米 南瓜 葱
24	木	軟飯(かゆ) 豚ひきと玉葱の軟らか煮 野菜の煮びたし ポテト煮 みそ汁 米 豚ひき 玉葱 小松菜 もやし じゃが芋 味噌 豆腐 人参 大根 葱	くだもの	しらす入り夕焼けおじや 米 しらす 人参 葱
25	金	食ぱん(ぱんがゆ) 豆腐入り肉団子 ふかし芋 ナスの含め煮 白菜スープ 食ぱん 豆腐 鶏ひき さつま芋 ナス 白菜 青梗菜 人参 葱 ニラ 椎茸	くだもの	ツナと野菜のおじや 米 ツナ 人参 椎茸 葱
26	土	麻婆おじや もやしときゅうりの煮びたし 米 豆腐 人参 葱 椎茸 もやし きゅうり	くだもの	コーンリゾット クリームコーン 米 粉ミルク 玉葱 人参
28	月	軟飯(かゆ) 野菜入り納豆のおろし煮 茹でブロッコリー 里芋煮 みそ汁 米 オクラ ニラ 納豆 カブ ブロッコリー 里芋 味噌 人参 大根 葱	くだもの	味噌わかめおじや 米 味噌 わかめ 人参 葱
29	火	保育園お休み		
30	水	保育園お休み		
31	木	保育園お休み		

昼食・おやつの上段は本日のメニュー、下段は主な食品名です。  
 材料は都合により献立を変更する場合があります。ご了承下さい。  
 午前のおやつのかだものはみかん・りんごを使用しています