

2019年度

12月 離乳食献立表 同胞こども園

日	曜	5・6ヵ月ごろ	7・8ヵ月ごろ	9～11ヵ月ごろ	使用食材	おやつ	
2	月	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	鶏肉と野菜の煮物 スープ	鶏肉と野菜の煮物 スープ	鶏肉 胡瓜 人参 玉ねぎ	おかし	
3	火	こしがゆ(おもゆ) 南瓜のペースト	具入りごはん マッシュかぼちゃ	具入りごはん 南瓜の煮物	鶏肉 人参 南瓜 玉ねぎ	ふかしさつまいも	
4	水	こしがゆ(おもゆ) 小松菜のペースト	白身魚と野菜の煮物 清汁	白身魚の天ぷら 具沢山汁	白身魚 小松菜 人参 もやし 玉ねぎ わかめ(みそ)	おかし	
5	木	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	パンがゆ スープ サラダ	食パン シチュー サラダ	食パン 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも キャベツ 胡瓜(マヨドレ) 小麦粉 マーガリン 牛乳	おかかごはん	
6	金	こしがゆ(おもゆ) 豆腐のペースト	あんかけごはん 野菜の和え物	あんかけごはん 春雨と野菜の和え物	鶏肉 豆腐 玉ねぎ 人参 胡瓜(春雨 みそ)	おかし	
7	土	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	スパゲッティー煮	スパゲッティー煮	スパゲッティー 鶏肉 玉ねぎ 人参(ケチャップ)	おかし	
9	月	こしがゆ(おもゆ) 白菜のペースト	白身魚と野菜の煮物 清汁	白身魚と野菜のみそ煮 清汁	白身魚 豆腐 白菜 玉ねぎ わかめ(みそ)	お好み焼き風	
10	火	こしがゆ(おもゆ) さつまいものペースト	鶏肉と野菜の煮物 清汁	鶏バーグ みそ汁	鶏肉 玉ねぎ 人参 さつまいも ねぎ(高野豆腐 みそ)	シュガートースト	
11	水	こしがゆ(おもゆ) 豆腐のペースト	けんちん汁風 もつ煮	けんちん汁風 もつ煮	鶏肉 豆腐 鶏肝臓 里芋 大根 人参 ねぎ	バナナ・おかし	
12	木	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	野菜と大豆の煮物 マッシュポテト	野菜と大豆のケチャップ煮 じゃがいもとツナのサラダ	鶏肉 大豆 じゃがいも 玉ねぎ 人参 ねぎ(ツナ ケチャップ)	おかし	
13	金	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	スパゲッティー煮 サラダ	スパゲッティー煮 サラダ	スパゲッティー 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 胡瓜 (ケチャップ マヨドレ)	わかめごはん	
14	土	 クリスマス礼拝・祝会 					
16	月	こしがゆ(おもゆ) キャベツのペースト	あんかけごはん スープ	あんかけごはん スープ	鶏肉 玉ねぎ キャベツ 人参 もやし わかめ ねぎ	ふかしいも	
17	火	こしがゆ(おもゆ) ほうれん草のペースト	二色ごはん 清汁	二色ごはん 清汁	鶏肉 ふ ほうれん草 胡瓜 わかめ ねぎ	蒸しぱん	
18	水	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	鶏肉と野菜の煮物 スープ	鶏肉と野菜の煮物 スープ	鶏肉 玉ねぎ 人参 大根 キャベツ 胡瓜	みかん・おかし	
19	木	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	白身魚と大豆の煮物 清汁	白身魚と野菜のみそ煮 大豆入りひじき煮	白身魚 大豆 人参 玉ねぎ わかめ(ひじき みそ)	ホットケーキ	
20	金	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	あんかけごはん サラダ	あんかけごはん サラダ	鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 レタス 胡瓜(マヨドレ)	フルーツ和え・ おかし	
21	土	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	パンがゆ スープ	食パン スープ	食パン 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 ブロッコリー	おかし	
23	月	こしがゆ(おもゆ) 南瓜のペースト	雪なべ汁風 南瓜の煮物	雪なべ汁風 南瓜の煮物	鶏肉 豆腐 白菜 大根 ねぎ 人参 南瓜	りんご・おかし	
24	火	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	筑前煮風 野菜の和え物	筑前煮風 野菜の和え物	鶏肉 人参 大根 いんげん 胡瓜 キャベツ	おかし	
25	水	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	鶏肉と野菜の煮物 サラダ	鶏肉と野菜の煮物 サラダ	鶏肉 玉ねぎ 人参 レタス 胡瓜 トマト	おかし	
26	木	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	白身魚と野菜の煮物 清汁	白身魚と野菜の煮物 みそ汁	白身魚 人参 玉ねぎ 大根 わかめ ねぎ (切干大根 みそ)	おかし	
27	金	こしがゆ(おもゆ) 小松菜のペースト	鶏じゃが 納豆和え	鶏じゃが 納豆和え	鶏肉 納豆 じゃがいも 玉ねぎ 人参 小松菜	おかし	
28	土	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	パンがゆ スープ	食パン スープ	鶏肉 玉ねぎ 人参 (ケチャップ)	おかし	
30	月	年末休園					
31	火	年末休園					

※7・8はおかゆ、9～11は軟飯が主食です おやつは後期のみです。
 ()は9～11のみの食材です。※月齢で異なる時もあります。
 食材の状況により変更する場合があります。

