

2021年度



12月 離乳食献立表 同胞こども園



日	曜	5・6月ごろ	7・8月ごろ	9～11月ごろ	使用食材	おやつ
1	水	こしがゆ(おもゆ) 豆腐のペースト	白身魚と野菜の煮物 けんちん汁風	白身魚の天ぷら けんちん汁風	白身魚 豆腐 里芋 大根 人参 ねぎ (小麦粉 なたね油)	お好み焼き風
2	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	ロールパン シチュー サラダ	食パン 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 レタス 胡瓜 (小麦粉 マーガリン 牛乳 ロールパン)	わかめごはん
3	金	こしがゆ(おもゆ) 白菜のペースト	あんかけごはん 胡瓜のあえもの	あんかけごはん 胡瓜のあえもの	鶏肉 白菜 人参 胡瓜	バナナケーキ
4	土	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	具入りごはん	具入りごはん	鶏肉 玉ねぎ いんげん 赤ピーマン	赤ちゃんせんべい ビスケット
6	月	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	あんかけごはん サラダ	あんかけごはん サラダ	鶏肉 大根 人参 玉ねぎ 里芋 キャベツ (マヨドレ)	赤ちゃんせんべい ビスケット
7	火	こしがゆ(おもゆ) 白菜のペースト	白身魚と野菜の煮物 サラダ	白身魚と野菜の煮物 サラダ	白身魚 大根 胡瓜 玉ねぎ 人参 白菜 (ツナ マヨドレ)	オレンジ 赤ちゃんせんべい
8	水	こしがゆ(おもゆ) 豆腐のペースト	麻婆豆腐風 野菜のあえもの	麻婆豆腐風 野菜と春雨のあえもの	鶏肉 豆腐 玉ねぎ 人参 ねぎ 小松菜 (春雨 みそ)	食パン
9	木	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	鶏肉と大豆の煮物 マッシュポテト	チキンビーンズ風 粉ふきいも	鶏肉 大豆 じゃがいも 人参 玉ねぎ	赤ちゃんせんべい ビスケット
10	金	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	あんかけごはん スープ	あんかけごはん 春雨スープ	鶏肉 人参 もやし にら わかめ 玉ねぎ (切干大根 春雨)	赤ちゃんせんべい ビスケット
11	土	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	ぱんがゆ スープ	ロールパン スープ	鶏肉 食パン 玉ねぎ 人参	赤ちゃんせんべい ビスケット
13	月	こしがゆ(おもゆ) さつまいものペースト	白身魚と野菜の煮物 大豆と野菜の煮物	白身魚と野菜のみぞ煮 大豆入りひじき煮	白身魚 大豆 玉ねぎ 人参 さつまいも ねぎ (ひじき みそ)	ポテトのチーズ焼き
14	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 ほうれん草 大根 人参 ふ ねぎ	ツナマヨトースト
15	水	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	あんかけごはん 清汁	あんかけごはん 具沢山汁	鶏肉 ねぎ 大根 人参 玉ねぎ (みそ)	バナナ 赤ちゃんせんべい
16	木	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	スパゲティー煮 サラダ	スパゲティー煮 サラダ	鶏肉 スパゲティー 玉ねぎ ピーマン じゃがいも 胡瓜 人参 (トマトピューレ マヨドレ)	おかかごはん
17	金	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 (ジャコ)	赤ちゃんせんべい ビスケット
18	土	こしがゆ(おもゆ) キャベツのペースト	パンがゆ スープ	ロールパン スープ	鶏肉 食パン 玉ねぎ 人参 キャベツ じゃがいも	赤ちゃんせんべい ビスケット
20	月	こしがゆ(おもゆ) さつまいものペースト	あんかけごはん サラダ	あんかけごはん サラダ	鶏肉 玉ねぎ 人参 さつまいも 胡瓜 (マヨドレ)	キャロット蒸しパン
21	火	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	白身魚と野菜の煮物 もつ煮	白身魚と野菜のみぞ煮 もつ煮	白身魚 鶏肝臓 玉ねぎ 人参 ピーマン 冬瓜 里芋 ねぎ (みそ)	りんご 赤ちゃんせんべい
22	水	こしがゆ(おもゆ) 南瓜のペースト	具沢山汁 南瓜のどぼろあんかけ	具沢山汁 南瓜のどぼろあんかけ	鶏肉 豆腐 南瓜 大根 人参 里芋 ねぎ (みそ)	ほうれん草のケーキ
23	木	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	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 胡瓜 (ツナ マヨドレ)	ロールパン
24	金	こしがゆ(おもゆ) 小松菜のペースト	筑前煮風 納豆和え	筑前煮風 納豆和え	鶏肉 納豆 大根 人参 いんげん 小松菜	チーズクッキー
25	土	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	具入りごはん	具入りごはん	鶏肉 玉ねぎ 人参	赤ちゃんせんべい ビスケット
27	月	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	具入りうどん マッシュポテト	具入りうどん じゃがいもとツナの和え物	鶏肉 うどん 里芋 じゃがいも 大根 人参 玉ねぎ ねぎ (ツナ みそ)	ゆかりごはん
28	火	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	あんかけごはん	あんかけごはん	鶏肉 玉ねぎ 人参 ねぎ	
29	水	<h2>年末休園</h2>				
30	木					
31	金					

※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。
 赤ちゃんせんべい・ビスケットは市販の離乳食用のおかしです。その日によっていろいろ種類が変わります。
 7・8はこんぶ、9～11はかつお節を使用して出汁をとっています。
 9～11は、味付けにしょうゆ・砂糖を使っています。その他の味付けをする場合は献立表にのせています。
 ()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。

