



令和3年

12月



# 予定献立表



可愛保育園

日清医療食品(株)

日	曜日	こんだて	<あか>	<きいろ>	<みどり>	おやつ
			血や肉をつくる	熱や力になる	体の調子を整える	
1日	水	麦ご飯 れんこん入り鶏つくね 青菜と糸こんにゃくソテー ブロッコリー もずくすまし汁 果物	鶏ミンチ 豆腐 卵 もずく 卵 豆乳 牛乳	米 押麦 パン粉 砂糖 片栗粉 ごま こんにゃく 油 ケーキ ミックス チョコチップ	玉ねぎ れんこん 生姜 ブロッコリー 小松菜 人参 ねぎ 果物	牛乳 人参スコーン
2日	木	黒米ご飯 豆腐と卵のオープン焼き 野菜のごま和え 豚汁 果物	豆腐 卵 豚肉 豚レバー みそ のり 牛乳	米 黒米 砂糖 ごま 里芋	パプリカ ほうれん草 白菜 きゅうり 小松菜 大根 ごぼう ねぎ 果物	牛乳 油みそおにぎり
3日	金	玄米ご飯 魚のタルタルソース焼き 筑前煮 じゃが芋のみそ汁 果物	たら 卵 鶏肉 油揚げ わかめ みそ 牛乳	米 玄米 マヨネーズ 油 砂糖 じゃが芋 小麦粉 さつまい	玉ねぎ ピーマン パセリ 生姜 ごぼう 大根 たけのこ 人参 椎茸 いんげん 豆苗 果物	牛乳 芋てんぷら
4日	土	牛丼 切干大根の和え物 冬瓜のすまし汁 果物	牛肉 ツナ 豆腐 牛乳	米 こんにゃく 砂糖 どら焼き	玉ねぎ 人参 椎茸 グリーンピース 切干大根 きゅうり 冬瓜 ほうれん草 果物	牛乳 どら焼き
6日	月	麦ご飯 魚のごまみそ漬焼き きゅうりのおかか和え 麩チャンプルー そうめん汁 果物	たら みそ 糸かつお 卵 豚肉 豆乳 牛乳	米 押麦 砂糖 ごま 油 車麩 そうめん 小麦粉	きゅうり 生姜 小松菜 人参 ねぎ 果物	牛乳 サーターアンドアギー
7日	火	ハヤシライス ブロッコリーサラダ 青菜のスープ 果物	牛肉 豚レバー ちくわ ウインナー チーズ 牛乳	米 押麦 油 小麦粉 砂糖 食パン バター	玉ねぎ 人参 マッシュルーム セロリ グリーンピース ブロッコリー パプリカ チンゲン菜 コーン しめじ ピーマン 果物	牛乳 ピザトースト
8日	水	カレーピラフ チキンカツ ブロッコリー 春雨ごま和え ミネストローネ 果物	鶏 豚ミンチ 鶏肉 卵 ツナ ウインナー	米 油 小麦粉 パン粉 油 春雨 砂糖 ごま マカロニ ケーキ	玉ねぎ ピーマン 人参 ブロッコリー きゅうり キャベツ トマト 果物	ジュース お誕生日ケーキ
9日	木	黒米ご飯 さばのみそ煮 クーフィリチー キャベツの梅あえ かき玉汁 果物	さば みそ 昆布 豚肉 卵 鶏ミンチ 牛乳	米 黒米 砂糖 こんにゃく 油 片栗粉	キャベツ 生姜 切干大根 人参 えのき ほうれん草 しだいけ 果物	牛乳 鶏そぼろおにぎり
10日	金	<b>お弁当会</b>				牛乳 スイートポテト
11日	土	五目チャーハン ナムル 中華スープ 杏仁フルーツ	鶏肉 ちくわ わかめ 豆腐 牛乳	米 砂糖 ごま油 ごま 片栗粉 油 マドレーヌ	人参 玉ねぎ ピーマン 椎茸 もやし パプリカ にんにく 小松菜 長ねぎ 果物	牛乳 マドレーヌ
13日	月	玄米ご飯 パパイアイリチー 白身魚のケチャップあん かぼちゃのみそ汁 果物	たら 豚肉 みそ 卵 牛乳	米 玄米 片栗粉 油 小麦粉 砂糖 バター ココア	パパイア 人参 たら 生姜 かぼちゃ 玉ねぎ 貝割大根 果物	牛乳 プラウニー
14日	火	焼きうどん かぼちゃサラダ 白菜のみそ汁 ヨーグルト和え	豚肉 糸かつお チーズ 豆腐 わかめ みそ ヨーグルト のり 牛乳	うどん 油 マヨドレ 米	キャベツ 玉ねぎ 人参 椎茸 ピーマン かぼちゃ きゅうり 白菜 果物	牛乳 菜めしおにぎり
15日	水	麦ご飯 ミートローフ 青菜のごま和え ひじきの煮物 里芋のみそ汁 果物	合挽ミンチ 豚レバー 卵 ひじき 油揚げ ちくわ わかめ みそ きなこ	米 押麦 小麦粉 砂糖 パン粉 油 ごま 里芋 ケーキミックス バター	玉ねぎ ミックスベジタブル にんにく ほうれん草 人参 いんげん えのき ねぎ 果物	ヤクルト きなこサブレ
16日	木	あわご飯 さばのカレー揚げ 白菜の梅あえ いら豆腐 かぶのみそ汁 果物	さば 豆腐 ひじき 豚ミンチ みそ 卵 ツナ 牛乳	米 あわ 小麦粉 油 砂糖 ごま油	生姜 白菜 人参 いんげん かぶ しめじ 大根の葉 キャベツ ほうれん草 果物	牛乳 野菜ヒラヤーチ
17日	金	はんだまご飯 鶏肉と冬瓜の煮つけ マカロニサラダ モロヘイヤのすまし汁 果物	鶏肉 卵 ツナ 牛乳	米 砂糖 マカロニ マヨネーズ さつまい 油 ごま	はんだま 冬瓜 人参 いんげん きゅうり モロヘイヤ えのき 長ねぎ 果物	牛乳 大学芋
18日	土	中華丼 ほうれん草のお浸し 中華スープ 果物	豚肉 ちくわ 牛乳	米 油 片栗粉 油 ごま 砂糖 春雨 ココアワッフル	白菜 人参 ピーマン 椎茸 ほうれん草 パプリカ えのき コーン 貝割大根 果物	牛乳 ココアワッフル
20日	月	麦ご飯 魚の揚げ煮 きゅうりのおかか和え 千切りチー 鶏と冬瓜のみそ汁 果物	赤魚 糸かつお 豚肉 鶏肉 みそ 卵 豆乳 牛乳	米 押麦 油 砂糖 こんにゃく 油 小麦粉 ケーキミックス バター 黒糖 ごま	きゅうり 生姜 切干大根 人参 椎茸 冬瓜 小松菜 果物	牛乳 くんぺん
21日	火	あわご飯 スパニッシュオムレツ コールスロー 豚汁 果物	卵 ハム チーズ 豚肉 豚レバー みそ さけ わかめ 牛乳	米 もちきび じゃが芋 マヨネーズ 砂糖 里芋 ごま	トマト 枝豆 キャベツ コーン 大根 ごぼう ねぎ 果物	牛乳 しゃけとわかめのおにぎり
22日	水	じゅーしいご飯 さばの塩焼き 青菜炒め 大根サラダ ゆし豆腐 果物	豚ミンチ ひじき さば わかめ ツナ 卵 ゆし豆腐 牛乳 豆乳	米 油 砂糖 ケーキミックス バター ココア	人参 椎茸 ごぼう ねぎ ほうれん草 玉ねぎ パプリカ 大根 きゅうり ねぎ 果物	豆乳ココア バナナマフィン
23日	木	麦ご飯 豚肉のしょうが焼き 粉ふき芋 中華風野菜炒め なすのみそ汁 果物	豚肉 青さのり ちくわ 油揚げ きなこ 牛乳	米 押麦 片栗粉 油 じゃが芋 バター ごま油 黒糖 ぐす粉	キャベツ 人参 ピーマン 生姜 なす えのき 大根の葉 果物	牛乳 くずもち
24日	金	ロールパン かぼちゃのシチュー 鶏のから揚げ ほうれん草ソテー ポテトサラダ 果物	卵 ちくわ ウインナー 牛乳	ロールパン バター 油 マヨネーズ	かぼちゃ 玉ねぎ 人参 マッシュルーム ほう れん草 コーン じゃが芋 きゅうり 果物	お楽しみおやつ
25日	土	もずく丼 キャベツおかか和え さつま汁 果物	もずく 豚ミンチ 卵 ちくわ 油揚げ みそ 糸かつお 牛乳	米 押麦 砂糖 片栗粉 ごま さつまい	ピーマン 生姜 キャベツ ブロッコリー 大根 人参 ねぎ 果物	牛乳 ドームケーキ
27日	月	麦ご飯 麻婆豆腐 中華サラダ 春雨スープ 果物	豆腐 豚ミンチ みそ ちくわ 牛乳	米 押麦 ごま油 砂糖 片栗粉 春雨 小麦粉 ごま ラード	椎茸 人参 玉ねぎ たけのこ たら にんにく 生姜 キャベツ ほうれん草 パプリカ チンゲン菜 果物	牛乳 紅芋ちんすこう
28日	火	沖縄そば 青菜の納豆和え さつま芋のごま煮 果物	豚三枚肉 かまぼこ 納豆 のり みそ 牛乳	沖縄そば 砂糖 さつま芋 ごま 米 ごま油	ねぎ 小松菜 人参 果物	牛乳 油みそおにぎり

## ☆良い年をお迎え下さい☆



☆献立は材料、その他の都合により変更することがあります。

☆アレルギー対応食は医師の診断書に基づき実施しています。





# 12月 離乳食献立表



<その1>

可愛保育園

日清医療食品(株)

回食	1回食(午前)			2回食(午後)	
月齢	5・6ヶ月頃(開始後一ヶ月)	7・8ヶ月	9・10・11ヶ月	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
固さの目安	トロトロ⇒ベタベタ	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ
	ヨーグルト状	絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	バナナ位(粗みじん切り)	絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	バナナ位(粗みじん切り)
1	10倍がゆ 南瓜ペースト すまし汁	全粥 南瓜のそぼろ煮 青菜と玉ねぎのつぶし煮 もずくのすまし汁 果物	軟飯 南瓜のそぼろ煮 青菜と玉ねぎの柔らか煮 もずくのすまし汁 果物	全粥 ツナと人参のつぶし煮 ブロッコリーのすまし汁	軟飯 ツナと人参の柔らか煮 ブロッコリーのすまし汁
水	(主な材料) 米 南瓜 鶏ミンチ 小松菜 玉ねぎ もずく 果物			(主な材料) 米 ツナ 人参 ブロッコリー	
2	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁	全粥 ささみと人参のつぶし煮 白菜とひじきのつぶし煮 玉ねぎのすまし汁 果物	軟飯 ささみと人参の柔らか煮 白菜とひじきの柔らか煮 玉ねぎのすまし汁 果物	全粥 冬瓜といんげんのつぶし煮 青菜のすまし汁	軟飯 冬瓜といんげんの柔らか煮 青菜のすまし汁
木	(主な材料) 米 人参 ささみ 白菜 ひじき 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 冬瓜 いんげん ほうれん草 	
3	10倍がゆ じゃが芋ペースト すまし汁	全粥 白身魚と玉ねぎのつぶし煮 大根と人参のつぶし煮 じゃが芋のすまし汁 果物	軟飯 白身魚と玉ねぎの柔らか煮 大根と人参の柔らか煮 じゃが芋のすまし汁 果物	全粥 しらすといんげんの つぶし煮 わかめのすまし汁	軟飯 しらすといんげんの 柔らか煮 わかめのすまし汁
金	(主な材料) 米 じゃが芋 たら 玉ねぎ 大根 人参 果物			(主な材料) 米 しらす わかめ いんげん	
4	10倍がゆ 豆腐ときゅうりペースト すまし汁	全粥 豆腐ときゅうりのつぶし煮 人参と青菜のつぶし煮 冬瓜のすまし汁 果物	軟飯 豆腐ときゅうりの柔らか煮 人参と青菜の柔らか煮 冬瓜のすまし汁 果物	全粥 さつま芋と南瓜のつぶし煮 青菜のすまし汁	軟飯 さつま芋と南瓜の柔らか煮 青菜のすまし汁
土	(主な材料) 米 豆腐 きゅうり 人参 ほうれん草 冬瓜 果物			(主な材料) 米 さつま芋 南瓜 小松菜	
6	10倍がゆ 白身魚とキャベツペースト すまし汁	全粥 白身魚とキャベツのつぶし煮 切干大根と人参のつぶし煮 青菜のすまし汁 果物 	軟飯 白身魚とキャベツの柔らか煮 切干大根と人参の柔らか煮 青菜のすまし汁 果物	全粥 玉ねぎのそぼろ煮 わかめのすまし汁	軟飯 玉ねぎのそぼろ煮 わかめのすまし汁
月	(主な材料) 米 たら キャベツ 切干大根 人参 ほうれん草 果物			(主な材料) 米 鶏ミンチ 玉ねぎ わかめ	
7	10倍がゆ 玉ねぎと人参ペースト すまし汁	全粥 果物 ささみとブロッコリーのつぶし煮 玉ねぎと人参のつぶし煮 わかめのすまし汁	軟飯 果物 ささみとブロッコリーの柔らか煮 玉ねぎと人参の柔らか煮 わかめのすまし汁	全粥 さつま芋と人参のつぶし煮 白菜のすまし汁	軟飯 さつま芋と人参の柔らか煮 白菜のすまし汁
火	(主な材料) 米 玉ねぎ 人参 ささみ ブロッコリー わかめ 果物			(主な材料) 米 さつま芋 人参 白菜	
8	10倍がゆ キャベツとブロッコリーの ペースト すまし汁	全粥 果物 ささみと人参のつぶし煮 キャベツとブロッコリーの つぶし煮 トマトスープ	軟飯 果物 ささみと人参のやわらか煮 キャベツとブロッコリーの 柔らか煮 トマトスープ	全粥 しらすときゅうりの つぶし煮 さつま芋のすまし汁	軟飯 しらすときゅうりの 柔らか煮 さつま芋のすまし汁
水	(主な材料) 米 キャベツ ブロッコリー ささみ 人参 トマト 果物			(主な材料) 米 しらす きゅうり さつま芋	
9	10倍がゆ 冬瓜と人参ペースト すまし汁	全粥 白身魚ときゅうりのつぶし煮 煮 冬瓜と人参のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁 果物	軟飯 白身魚ときゅうりの柔らか煮 煮 冬瓜と人参の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁 果物	全粥 ささみと小松菜のつぶし煮 人参のすまし汁	軟飯 ささみと小松菜の柔らか煮 人参のすまし汁
木	(主な材料) 米 冬瓜 たら きゅうり 人参 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 ささみ 小松菜 人参	
10	 お弁当会			全粥 さつま芋と人参のつぶし煮 ブロッコリーのすまし汁	軟飯 さつま芋と人参の柔らか煮 ブロッコリーのすまし汁
金				(主な材料) 米 さつま芋 人参 ブロッコリー	
11	10倍がゆ 豆腐と人参のペースト すまし汁	全粥 豆腐と人参のつぶし煮 青菜と玉ねぎのつぶし煮 わかめのすまし汁 果物	軟飯 豆腐と人参の柔らか煮 青菜と玉ねぎの柔らか煮 わかめのすまし汁 果物	全粥 冬瓜のそぼろ煮 キャベツのすまし汁	軟飯 冬瓜のそぼろ煮 キャベツのすまし汁
土	(主な材料) 米 豆腐 人参 小松菜 玉ねぎ わかめ 果物			(主な材料) 米 冬瓜 鶏ミンチ キャベツ 	
13	10倍がゆ 南瓜ペースト すまし汁	全粥 白身魚と玉ねぎのつぶし煮 南瓜のつぶし煮 青菜のすまし汁 果物	軟飯 白身魚と玉ねぎの柔らか煮 南瓜の柔らか煮 青菜のすまし汁 果物	全粥 ささみと人参のつぶし煮 南瓜のすまし汁	軟飯 ささみと人参の柔らか煮 南瓜のすまし汁
月	(主な材料) 米 南瓜 たら 玉ねぎ ほうれん草 果物			(主な材料) 米 ささみ 人参 南瓜	
14	10倍がゆ 人参ときゅうりのペースト すまし汁	全粥 ささみとキャベツのつぶし煮 人参ときゅうりのつぶし煮 白菜のすまし汁 果物	軟飯 ささみとキャベツの柔らか煮 人参ときゅうりの柔らか煮 白菜のすまし汁 果物	全粥 魚と青菜のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 魚と青菜の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁
火	(主な材料) 米 ささみ キャベツ 人参 きゅうり 白菜 果物			(主な材料) 米 たら ほうれん草 玉ねぎ	
15	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁	全粥 人参のそぼろ煮 青菜とひじきのつぶし煮 わかめのすまし汁 果物	軟飯 人参のそぼろ煮 青菜とひじきの柔らか煮 わかめのすまし汁 果物	全粥 冬瓜といんげんのつぶし煮 さつま芋のすまし汁	軟飯 冬瓜といんげんの柔らか煮 さつま芋のすまし汁
水	(主な材料) 米 人参 鶏ミンチ ほうれん草 玉ねぎ ひじき わかめ 果物			(主な材料) 米 冬瓜 いんげん さつま芋 	

※ 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って離乳食を進めます。  
 ※ 献立は月齢ごとの目安です。使用食品、調理形態、分量など、個人差を考慮しながら進めます。  
 ※ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。





# 12月 離乳食献立表 <その2>



回食 月齢 固さの目安	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
	5・6ヶ月頃 (開始後一ヶ月)	7・8ヶ月	9・10・11ヶ月	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
	トロトロ ⇒ バタバタ	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ
	ヨーグルト状	絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	バナナ位 (粗みじん切り)	絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	バナナ位 (粗みじん切り)
16	10倍がゆ 白菜と人参のペースト すまし汁	全粥 白身魚といんげんのつぶし煮 白菜と人参のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁 果物	軟飯 白身魚といんげんの柔らか煮 白菜と人参の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁 果物	全粥 ツナとキャベツのつぶし煮 青菜のすまし汁	軟飯 ツナとキャベツの柔らか煮 青菜のすまし汁
木	(主な材料) 米 白身魚 いんげん 白菜 人参 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 ツナ キャベツ ほうれん草	
17	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全粥 豆腐ときゅうりのつぶし煮 大根と人参のつぶし煮 青菜のすまし汁 果物	軟飯 豆腐ときゅうりの柔らか煮 大根と人参の柔らか煮 青菜のすまし汁 果物	全粥 ささみと南瓜のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 ささみと南瓜の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁
金	(主な材料) 米 豆腐 きゅうり 大根 人参 ほうれん草 果物			(主な材料) 米 ささみ 南瓜 玉ねぎ	
18	10倍がゆ 人参と青菜のペースト すまし汁	全粥 ささみと白菜のつぶし煮 人参と青菜のつぶし煮 わかめのすまし汁 果物	軟飯 ささみと白菜の柔らか煮 人参と青菜の柔らか煮 わかめのすまし汁 果物	全粥 しらすとブロッコリーの つぶし煮 南瓜のすまし汁	軟飯 しらすとブロッコリーの 柔らか煮 南瓜のすまし汁
土	(主な材料) 米 人参 ほうれん草 ささみ 白菜 わかめ 果物			(主な材料) 米 しらす ブロッコリー 南瓜	
20	10倍がゆ 冬瓜と人参のペースト すまし汁	全粥 白身魚ときゅうりのつぶし煮 煮 冬瓜と人参のつぶし煮 青菜のすまし汁 果物	軟飯 白身魚ときゅうりの柔らか煮 煮 冬瓜と人参の柔らか煮 青菜のすまし汁 果物	全粥 ささみといんげんのつぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 ささみといんげんの柔らか煮 煮 玉ねぎのすまし汁
月	(主な材料) 米 冬瓜 人参 白身魚 きゅうり ほうれん草 果物			(主な材料) 米 ささみ いんげん 玉ねぎ	
21	10倍がゆ 南瓜ペースト すまし汁	全粥 ささみと南瓜のつぶし煮 キャベツと青菜のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁 果物	軟飯 ささみと南瓜の柔らか煮 キャベツと青菜の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁 果物	全粥 豆腐と人参のつぶし煮 わかめのすまし汁	軟飯 豆腐と人参の柔らか煮 わかめのすまし汁
火	(主な材料) 米 南瓜 ささみ キャベツ ほうれん草 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 豆腐 人参 わかめ	
22	10倍がゆ ゆし豆腐ペースト すまし汁	人参粥 白身魚と玉ねぎのつぶし煮 大根ときゅうりのつぶし煮 ゆし豆腐 果物	人参粥 白身魚と玉ねぎの柔らか煮 大根ときゅうりの柔らか煮 ゆし豆腐 果物	全粥 ツナと青菜のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 ツナと青菜の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁
水	(主な材料) 米 人参 たら 玉ねぎ 大根 きゅうり ゆし豆腐 果物			(主な材料) 米 ツナ ほうれん草 玉ねぎ	
23	10倍がゆ 玉ねぎと人参のペースト すまし汁	全粥 豚肉とキャベツのつぶし煮 人参と玉ねぎのつぶし煮 なすのすまし汁 果物	軟飯 豚肉とキャベツの柔らか煮 人参と玉ねぎの柔らか煮 なすのすまし汁 果物	全粥 じゃが芋と南瓜のつぶし煮 青菜のすまし汁	軟飯 じゃが芋と南瓜の柔らか煮 青菜のすまし汁
木	(主な材料) 米 玉ねぎ 人参 豚ヒレ キャベツ なす 果物			(主な材料) 米 じゃが芋 南瓜 チンゲン菜	
24	10倍がゆ 南瓜と青菜のペースト すまし汁	全粥 ささみと玉ねぎのつぶし煮 南瓜と青菜のつぶし煮 人参のすまし汁 果物	軟飯 ささみと玉ねぎの柔らか煮 南瓜と青菜の柔らか煮 人参のすまし汁 果物	全粥 豆腐と大根のつぶし煮 わかめのすまし汁	軟飯 豆腐と大根の柔らか煮 わかめのすまし汁
金	(主な材料) 米 南瓜 小松菜 ささみ 玉ねぎ 人参 果物			(主な材料) 米 豆腐 大根 わかめ	
25	10倍がゆ さつまいと大根ペースト すまし汁	全粥 ささみとブロッコリーのつぶし煮 大根と人参のつぶし煮 さつまいのすまし汁 果物	軟飯 ささみとブロッコリーの柔らか煮 大根と人参の柔らか煮 さつまいのすまし汁 果物	全粥 もずくと鶏そぼろの つぶし煮 キャベツのすまし汁	軟飯 もずくと鶏そぼろの 柔らか煮 キャベツのすまし汁
土	(主な材料) 米 さつまい ささみ ブロッコリー 大根 人参 果物			(主な材料) 米 もずく 鶏ミンチ キャベツ	
27	10倍がゆ 豆腐と人参のペースト すまし汁	全粥 豆腐のそぼろ煮 キャベツと青菜のつぶし煮 春雨スープ 果物	軟飯 豆腐のそぼろ煮 キャベツと青菜の柔らか煮 春雨スープ 果物	全粥 しらすと玉ねぎのつぶし煮 わかめのすまし汁	軟飯 しらすと玉ねぎの柔らか煮 わかめのすまし汁
月	(主な材料) 米 豆腐 鶏ミンチ 人参 キャベツ チンゲン菜 春雨 果物			(主な材料) 米 しらす 玉ねぎ わかめ	
28	10倍がゆ さつまいペースト すまし汁	全粥 ささみと人参のつぶし煮 さつまいのつぶし煮 玉ねぎのすまし汁 果物	軟飯 ささみと人参の柔らか煮 さつまいの柔らか煮 玉ねぎのすまし汁 果物	全粥 小松菜のそぼろ煮 南瓜のすまし汁	軟飯 小松菜のそぼろ煮 南瓜のすまし汁
火	(主な材料) 米 ささみ 人参 さつまい 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 鶏ミンチ 小松菜 南瓜	

☆良い年をお迎え下さい☆

※ 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って離乳食を進めます。  
 ※ 献立は月齢ごとの目安です。使用食品、調理形態、分量など、個人差を考慮しながら進めます。  
 ※ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。

