

12月献立表 離乳食・中期（2回食） 野のはな空のとり保育園

日	曜	午 前 食		午 後 食	
		献 立	材 料	献 立	材 料
1 15	金	パン粥 豆腐のトマト煮 ポテトサラダ 野菜スープ	食パン 豆腐 人参 玉ねぎ ジャガ芋 ブロッコリー キャベツ トマト缶 塩 しょう油 素精糖 だし汁 片栗粉	お粥 味噌汁 果物	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガ芋 あおさ 味噌 だし汁
2 16	土	野菜とそばろのお粥 蒸し野菜 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガ芋 かぶ 生わかめ 豆腐 しょう油 素精糖 塩 味噌 だし汁 片栗粉	パン粥 野菜スープ 果物	食パン しらす干し 人参 玉ねぎ かぶ ジャガ芋 塩 だし汁
4 18	月	お粥 豚肉と野菜の味噌煮 ひじきサラダ 澄まし汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガ芋 ひじき 青梗菜 しょう油 素精糖 塩 だし汁 片栗粉	きな粉粥 味噌汁 果物	米 きなこ 人参 玉ねぎ ジャガ芋 生わかめ 味噌 だし汁
5 19	火	お粥 鶏肉とさつま芋の煮物 蒸し野菜 味噌汁	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガ芋 ほうれん草 さつま芋 さやいんげん しょう油 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉	パン粥 野菜スープ 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャガ芋 ほうれん草 塩 だし汁
6 20	水	あんかけ粥 キャベツのサラダ 豆腐とあおさのスープ	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガ芋 ブロッコリー キャベツ トマト缶 豆腐 あおさ しょう油 素精糖 塩 だし汁 片栗粉	お粥 味噌汁 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャガ芋 味噌 だし汁
7 21	木	お粥 豚肉と野菜の煮物 大根の煮物 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガ芋 大根 小松菜 生わかめ しょう油 塩 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉	お粥 澄まし汁 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ ジャガ芋 小松菜 塩 しょう油 だし汁
8 22	金	パン粥 鶏肉とかぶのミルク煮 かぼちゃサラダ 野菜スープ	食パン 鶏ささみ 人参 玉ねぎ かぶ ジャガ芋 かぼちゃ キャベツ 粉ミルク 塩 しょう油 素精糖 だし汁 片栗粉	人参粥 味噌汁 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャガ芋 キャベツ 味噌 だし汁
9 23	土	あんかけ粥 蒸し野菜 味噌汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャガ芋 白菜 きゅうり しょう油 素精糖 塩 味噌 だし汁 片栗粉	パン粥 ミルクスープ 果物	食パン 人参 玉ねぎ ジャガ芋 白菜 塩 粉ミルク だし汁
11 25	月	お粥 しらすと野菜の煮物 ジャガ芋の磯煮 味噌汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャガ芋 ほうれん草 焼き海苔 しょう油 素精糖 塩 味噌 だし汁 片栗粉	お粥 澄まし汁 果物	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガ芋 ほうれん草 しょう油 塩 だし汁
12 26	火	納豆粥 鶏肉と野菜の煮物 青菜の和え物 味噌汁	米 納豆 鶏ささみ 人参 玉ねぎ ジャガ芋 小松菜 白菜 もやし しょう油 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉	パン粥 野菜スープ 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ ジャガ芋 小松菜 塩 だし汁
13 27	水	肉みそうどん ブロッコリー 野菜スープ	干しうどん 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガ芋 ブロッコリー 白菜 しょう油 素精糖 塩 味噌 だし汁 片栗粉	お粥 味噌汁 果物	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガ芋 大根 ほうれん草 味噌 だし汁
14 28	木	お粥 肉じゃが 野菜のツナ和え 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガ芋 ほうれん草 キャベツ ツナ しょう油 素精糖 塩 味噌 だし汁 片栗粉	青のり粥 澄まし汁 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ ジャガ芋 キャベツ 青のり 塩 しょう油 だし汁

※今月の果物はバナナが主に入ります。

※食材の都合により献立が変更する場合がございます。ご了承ください。

※初めて食べる食材がありましたら、事前にお家で2回以上試してください。

12月献立表 離乳食・後期（3回食） 野のはな空のとり保育園

日	曜	午前食		午後食	
		献立	材料	献立	材料
15	金	トースト 豆腐のトマト煮 ポテトサラダ 野菜スープ	食パン カレイ 人参 玉ねぎ ジャガイモ ブロッコリー キャベツ トマト 塩 しょう油 素精糖 だし汁 片栗粉	軟飯 味噌汁 果物	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ あおさ 味噌 だし汁
16	土	野菜とそばろのおじや 蒸し野菜 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ かぶ 生わかめ 豆腐 しょう油 素精糖 塩 味噌 だし汁 片栗粉	トースト 野菜スープ 果物	食パン しらす干し 人参 玉ねぎ かぶ ジャガイモ 塩 だし汁
18	月	軟飯 豚肉と野菜の味噌煮 ひじきサラダ 澄まし汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ ひじき しめじ 青梗菜 しょう油 素精糖 塩 だし汁 片栗粉	きなこおじや 味噌汁 果物	米 きなこ 人参 玉ねぎ ジャガイモ 生わかめ 味噌 だし汁
19	火	軟飯 鶏肉とさつま芋の煮物 蒸し野菜 味噌汁	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ ほうれん草 さつま芋 さやいんげん えのき茸 もやし 葉ねぎ しょう油 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉	トースト 野菜スープ 果物	米 カレイ 人参 玉ねぎ ジャガイモ ほうれん草 塩 だし汁
20	水	あんかけおじや キャベツのサラダ 豆腐とあおさのスープ	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ ブロッコリー キャベツ しめじ 舞茸 トマト 豆腐 あおさ しょう油 素精糖 塩 だし汁 片栗粉	軟飯 味噌汁 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャガイモ 味噌 だし汁
21	木	軟飯 豚肉と野菜の煮物 大根の煮物 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ 大根 小松菜 生わかめ しょう油 塩 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉	軟飯 澄まし汁 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ ジャガイモ 小松菜 塩 しょう油 だし汁
22	金	トースト 鶏肉とかぶのミルク煮 かぼちゃサラダ 野菜スープ	食パン 鶏ささみ 人参 玉ねぎ かぶ ジャガイモ かぼちゃ キャベツ しめじ 粉ミルク 塩 しょう油 素精糖 だし汁 片栗粉	人参おじや 味噌汁 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ 味噌 だし汁
23	土	あんかけおじや 蒸し野菜 味噌汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャガイモ 白菜 きゅうり しょう油 素精糖 塩 味噌 だし汁 片栗粉	トースト ミルクスープ 果物	食パン 人参 玉ねぎ ジャガイモ 白菜 塩 粉ミルク だし汁
25	月	軟飯 しらすと野菜の煮物 ジャガイモの磯煮 味噌汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャガイモ ほうれん草 舞茸 焼き海苔 しょう油 素精糖 塩 味噌 だし汁 片栗粉	軟飯 澄まし汁 果物	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ ほうれん草 しょう油 塩 だし汁
26	火	納豆おじや 鶏肉と野菜の煮物 青菜の和え物 味噌汁	米 納豆 鶏ささみ 人参 玉ねぎ ジャガイモ 小松菜 白菜 もやし しょう油 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉	トースト 野菜スープ 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ ジャガイモ 小松菜 塩 だし汁
27	水	肉みそうどん ブロッコリー 野菜スープ	干しうどん 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ ブロッコリー 白菜 しめじ しょう油 素精糖 塩 味噌 だし汁 片栗粉	軟飯 味噌汁 果物	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ 大根 ほうれん草 味噌 だし汁
28	木	軟飯 肉じゃが 野菜のツナ和え 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ ほうれん草 キャベツ ツナ 舞茸 ねぎ しょう油 素精糖 塩 味噌 だし汁 片栗粉	青のりおじや 澄まし汁 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ 青のり 塩 しょう油 だし汁

※今月の果物はバナナ が主に入ります。
 ※食材の都合により献立が変更する場合がございます。ご了承ください。
 ※初めて食べる食材がありましたら、事前にお家で2回以上試してください。