

離乳食献立 令和5年度 12月

日付	献立名	材料 (1回食)	献立名	材料 (2回食)
1 (金)	白がゆ 野菜スープ	米 キャベツ, じゃが芋, ブロッコリー, コーン缶, 野菜スープ	白がゆ 鶏肉と大根の 含め煮	米 鶏肉, 玉ねぎ, 人参, 大根, だし, しょうゆ
4 (月)	白がゆ そうめん汁	米 乾めん, えのきたけ, 人参, わかめ, だし, しょうゆ	白がゆ 豚肉と玉ねぎの 炒め煮	米 豚肉, 玉ねぎ, キャベツ, だし, しょうゆ
5 (火)	白がゆ 豚汁	米 豚肉, もやし, 油揚げ, 玉ねぎ, だし, 味噌	白がゆ 白和え	米 ほうれん草, 人参, しいたけ, 豆腐, すりごま, だし, しょうゆ
6 (水)	白がゆ すまし汁	米 小松菜, えのきたけ, かいわれ, きゅうり, だし, しょうゆ	白がゆ そばろ煮	米 鶏ミンチ, 豆腐, 人参, 玉ねぎ, コーン缶, だし, しょうゆ
7 (木)	白がゆ チンゲン菜スープ	米 チンゲン菜, もやし, コーン缶, コーンクリーム	白がゆ 白身魚のやわらか煮	米 白身魚, キャベツ, 人参, だし, しょうゆ
8 (金)	白がゆ コンソメスープ	米 カリフラワー, しめじ, パセリ, 白菜, コンソメ	白がゆ 生揚げと豚肉の ケチャップ煮	米 生揚げ, 豚肉, 玉ねぎ, 人参, じゃが芋, グリーンピース, ケチャップ
11 (月)	白がゆ すまし汁	米 玉ねぎ, もやし, キャベツ, だし, しょうゆ	しらすがゆ 鶏肉と切干大根の 含め煮	米, しらす 鶏肉, 切干大根, グリーンピース, きゅうり, だし, しょうゆ
12 (火)	白がゆ すまし汁	米 小松菜, しめじ, わかめ, だし, しょうゆ	白がゆ 豚肉とキャベツの 和風煮	米 豚肉, キャベツ, 人参, だし, しょうゆ
13 (水)	白がゆ 味噌汁	米 もやし, 玉ねぎ, 油揚げ, かいわれ, だし, 味噌	人参がゆ ごま風味のそばろ煮	米, 人参 鶏ミンチ, ほうれん草, 白菜, すりごま, だし, しょうゆ
14 (木)	白がゆ 豚汁	米 豚肉, 大根, ねぎ, しいたけ, だし, 味噌	白がゆ 白身魚と野菜の ふわふわ煮	米 白身魚, わかめ, きゅうり, 人参, だし, しょうゆ
15 (金)	白がゆ ポトフ	米 玉ねぎ, かぶ, じゃが芋, パセリ, コンソメ	白がゆ コーンクリーム煮	米 きゅうり, 人参, コーン缶, キャベツ, コーンクリーム
18 (月)	白がゆ 春雨スープ	米 春雨, チンゲン菜, 豆腐, きゅうり, ホワイトソース	白がゆ 野菜たっぷり和風煮	米 人参, ピーマン, 玉ねぎ, キャベツ, ツナ, だし, しょうゆ
19 (火)	白がゆ すまし汁	米 人参, 大根, ねぎ, だし, しょうゆ	白がゆ ツナと冬野菜の 炒め煮	米 キャベツ, カリフラワー, ブロッコリー, ツナ, だし, しょうゆ
20 (水)	白がゆ 味噌汁	米 豆腐, 大根, わかめ, 玉ねぎ, だし, 味噌	白がゆ ひじき煮	米 ひじき, ツナ, 人参, グリーンピース, コーン缶, だし, しょうゆ
21 (木)	白がゆ すまし汁	米 豆腐, えのきたけ, かいわれ, 小松菜, だし, しょうゆ	白がゆ 筑前煮	米 鶏肉, 人参, かぶ, だし, しょうゆ
22 (金)	白がゆ すまし汁	米 人参, かいわれ, 丸麩, 玉ねぎ, だし, しょうゆ	白がゆ 豚肉と野菜の ごま風煮	米 豚肉, キャベツ, ピーマン, ごま, だし, しょうゆ
25 (月)	白がゆ 野菜スープ	米 大根, コーン缶, ねぎ, 野菜スープ	白がゆ 豚肉とキャベツの 味噌煮	米 豚肉, キャベツ, 玉ねぎ, しいたけ, だし, 味噌
26 (火)	白がゆ そうめん汁	米 乾めん, 油揚げ, 玉ねぎ, ねぎ, だし, しょうゆ	白がゆ そばろ煮	米 大根, 人参, 鶏ミンチ, グリーンピース, だし, しょうゆ
27 (水)	白がゆ 白菜スープ	米 白菜, しめじ, パセリ, コーン缶, コンソメ	白がゆ シチュー	米 豚肉, 玉ねぎ, 人参, マッシュルーム, グリーンピース, ホワイトソース
28 (木)	白がゆ 春雨スープ	米 春雨, もやし, ねぎ, きゅうり, コンソメ	ピースがゆ 鶏肉と野菜の ケチャップ煮	米, グリーンピース 鶏肉, 人参, 玉ねぎ, コーン缶, ケチャップ

【注】

アレルギーの初発事故を防ぐため、献立に使用されている食品の中で「食べたことがない食材」がある場合は、必ず、事前に家庭で2回以上食べて、何ら症状が誘発されないことを確認してください。  
保育園では、安全を最優先にいたしますので、家庭で試すことができなかった場合はご連絡ください。