

離乳食献立 12月

	献立名	材料 (1回食)	献立名	材料 (2回食)
2 (月)	白がゆ 春雨スープ	米 春雨、豆腐、チンゲンサイ、ブロッコリー ホワイトソース	ツナがゆ そぼろ煮	米、ツナ 人参、玉ねぎ、ピーマン、豚ミンチ だし、しょうゆ
3 (火)	白がゆ みそ汁	米 もやし、玉ねぎ、油揚げ、かいわれ だし、みそ	白がゆ 鶏ミンチの ごま風煮	米 鶏ミンチ、白菜、人参、すりごま だし、しょうゆ
4 (水)	白がゆ 野菜スープ	米 白菜、コーン缶、かいわれ 野菜スープ	白がゆ 回鍋肉	米 豚肉、キャベツ、玉ねぎ だし、みそ
5 (木)	白がゆ オニオンスープ	米 玉ねぎ、ねぎ、ブロッコリー だし、しょうゆ	白がゆ 味噌煮	米 大根、キャベツ、カリフラワー だし、みそ
6 (金)	白がゆ ポトフ	米 キャベツ、かぶ、じゃがいも、パセリ コンソメ	人参がゆ スープパスタ	米、人参 きゅうり、コーン缶、スパゲティ、玉ねぎ コーンクリーム
9 (月)	白がゆ みそ汁	米 玉ねぎ、もやし、キャベツ だし、みそ	しらすがゆ 鶏肉と切干大根の 煮物	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
10 (火)	白がゆ すまし汁	米 小松菜、わかめ、きゅうり だし、しょうゆ	白がゆ 鶏肉のケチャップ煮	米 鶏肉、カリフラワー、人参 ケチャップ
11 (水)	白がゆ しのだうどん	米 乾めん、油揚げ、玉ねぎ、ねぎ だし、しょうゆ	白がゆ そぼろ煮	米 大根、人参、鶏ミンチ、グリーンピース だし、しょうゆ
12 (木)	白がゆ 豚汁	米 豚肉、大根、ねぎ、きゅうり だし、みそ	白がゆ 白身魚の磯風煮	米 白身魚、わかめ、ねぎ、きゅうり だし、しょうゆ
13 (金)	白がゆ すまし汁	米 人参、かいわれ、丸ふ だし、しょうゆ	白がゆ 豚肉の炒め煮	米 豚肉、玉ねぎ、ピーマン、キャベツ だし、しょうゆ
16 (月)	白がゆ マカロニスープ	米 キャベツ、きゅうり、ツナ、マカロニ ホワイトソース	白がゆ 含め煮	米 鶏肉、玉ねぎ、人参、大根 だし、しょうゆ
17 (火)	白がゆ チンゲンサイスープ	米 チンゲンサイ、もやし、ねぎ だし、しょうゆ	白がゆ 鶏肉のコーンクリーム煮	米 鶏肉、コーン缶、キャベツ、ブロッコリー コーンクリーム
18 (水)	白がゆ 白菜スープ	米 白菜、パセリ、コーン缶、きゅうり 野菜スープ	白がゆ 豚玉の炒め煮	米 豚肉、玉ねぎ、人参、グリーンピース だし、しょうゆ
19 (木)	白がゆ 豆腐スープ	米 豆腐、かぶ、かいわれ だし、しょうゆ	白がゆ 鶏肉の煮物	米 鶏肉、人参、小松菜 だし、しょうゆ
20 (金)	白がゆ コンソメスープ	米 カリフラワー、パセリ、キャベツ、白菜 コンソメ	ピースがゆ 生揚げと豚肉の ケチャップ煮	米、グリーンピース 生揚げ、豚肉、玉ねぎ、人参 ケチャップ
23 (月)	白がゆ 豚汁	米 じゃが芋、油揚げ、わかめ、豚肉 だし、みそ	白がゆ 白あえ	米 ほうれん草、人参、豆腐、すりごま だし、しょうゆ
24 (火)	白がゆ すまし汁	米 小松菜、かいわれ、キャベツ、チンゲンサイ だし、しょうゆ	白がゆ 鶏そぼろの ケチャップ煮	米 鶏ミンチ、豆腐、人参、玉ねぎ ケチャップ
25 (水)	白がゆ みそ汁	米 豆腐、大根、わかめ、じゃが芋 だし、みそ	ツナがゆ ひじき煮	米、ツナ ひじき、人参、グリーンピース、きゅうり だし、しょうゆ
26 (木)	白がゆ 春雨スープ	米 春雨、もやし、ねぎ、きゅうり だし、しょうゆ	白がゆ 鶏肉のケチャップ煮	米 鶏肉、人参、玉ねぎ、グリーンピース ケチャップ
27 (金)	白がゆ オニオンスープ	米 玉ねぎ、もやし、キャベツ、マカロニ 野菜スープ	白がゆ 豚肉の和風煮	米 豚肉、ねぎ、人参、グリーンピース だし、しょうゆ

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。

【注】