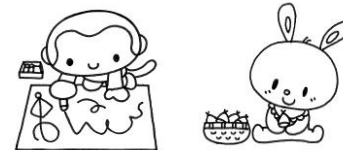




# 12月 離乳食献立表(後期)

日	曜日	献立名		主な材料	日	曜日	献立名		主な材料
		主食	おかず				主食	おかず	
1	金	軟飯	じゃが芋のそぼろ煮 三度豆のおかか和え しめじと白菜のみそ汁	鶏ミンチ・じゃが芋・人参・三度豆・醤油 三度豆・おかか・醤油 しめじ・白菜・みそ	18	月	軟飯	ひき肉と野菜のポッテリ煮 千切大根のくたくた煮 玉ねぎと青菜のみそ汁	鶏ミンチ・じゃが芋・人参・玉ねぎ・醤油 千切大根・人参・醤油 玉ねぎ・青菜・みそ
2	土			作品展	19	火	軟飯	白身魚の煮つけ ゆで野菜のおかか風味 白菜と人参のみそ汁	白身魚・醤油・砂糖・片栗粉 ブロッコリー・人参・おかか・醤油 白菜・人参・みそ
4	月	軟飯	かぼちゃのそぼろ煮 ブロッコリーと蕨のおひたし さつま芋と玉ねぎのみそ汁	鶏ミンチ・かぼちゃ・醤油 ブロッコリー・蕨・醤油 さつま芋・玉ねぎ・みそ	20	水	軟飯	豆腐とひき肉のおだんご 人参のきんぴら コーンスープ	豆腐・鶏ミンチ・玉葱・片栗粉・塩・醤油・砂糖 人参・ごま油・醤油・砂糖 玉ねぎ・コーンクリーム缶・小麦粉・塩
5	火	軟飯	煮魚 三度豆と人参の煮物 豆腐と玉ねぎのみそ汁	白身魚・醤油・砂糖 三度豆・人参・醤油 豆腐・玉ねぎ・みそ	21	木	軟飯	鶏と大根の五目煮 小松菜とキャベツの煮浸し 納豆汁	鶏ミンチ・大根・人参・厚揚げ・砂糖・醤油 小松菜・キャベツ・人参・砂糖・淡口醤油 納豆・ねぎ・みそ
6	水	軟飯	高野豆腐とほうれん草の煮物 キャベツと人参のしらす和え ポテトスープ	高野豆腐・ほうれん草・醤油 キャベツ・人参・しらす じゃが芋・人参・わかめ・醤油	22	金	軟飯	野菜のそぼろあんかけ かぼちゃとブロッコリーのサラダ 玉ねぎとわかめのすまし汁	鶏ミンチ・人参・玉ねぎ・じゃが芋・醤油・片栗粉 ブロッコリー・かぼちゃ・醤油 玉ねぎ・わかめ・醤油
7	木	軟飯	いり豆腐 小松菜としらすのポッテリ煮 キャベツともやしのみそ汁	鶏ミンチ・豆腐・人参・醤油 小松菜・しらす キャベツ・もやし・みそ	23	土	軟飯		天皇誕生日
8	金	軟飯	白身魚のきゅうりのばし かぼちゃとブロッコリーのサラダ 三度豆と玉ねぎのスープ	白身魚・きゅうり・醤油 ブロッコリー・かぼちゃ・醤油 三度豆・玉ねぎ・醤油	25	月	軟飯	コロコロハンバーグ 三度豆のやわらか煮 人参と青菜のすまし汁	鶏ミンチ・蕨・人参・醤油 三度豆・淡口醤油 人参・青菜・醤油
9	土	軟飯	じゃが芋とツナの炊き合わせ 三度豆のくたくた煮 蕨とわかめのみそ汁	じゃが芋・玉ねぎ・人参・ツナ缶・醤油 三度豆・醤油 蕨・わかめ・みそ	26	火	軟飯	高野豆腐と人参の煮物 ほうれん草のお浸し かぶと人参のすまし汁	高野豆腐・人参・醤油 ほうれん草・おかか・醤油 かぶ・人参・淡口醤油
11	月	軟飯	鶏ミンチとわかめのくず煮 小松菜としらすのポッテリ煮 じゃが芋と青菜のみそ汁	鶏ミンチ・わかめ・醤油・片栗粉 小松菜・しらす じゃが芋・青菜・みそ	27	水	軟飯	鮭の磯辺和え かぼちゃのそぼろ煮 蕨とえのきのすまし汁	鮭・ほうれん草・のり 鶏ミンチ・かぼちゃ・醤油 蕨・えのき・醤油
12	火	軟飯	白身魚のみそ煮 ほうれん草ののり和え さつま芋とうす揚げのみそ汁	白身魚・砂糖・みそ ほうれん草・刻みのり・醤油 さつま芋・うす揚げ・みそ	28	木	軟飯	とりすき風煮 小松菜とツナの和え物 玉ねぎとわかめのみそ汁	鶏ミンチ・白菜・焼き豆腐・蕨・砂糖・醤油 小松菜・ツナ・醤油 玉ねぎ・わかめ・みそ
13	水	軟飯	ミニおでん 三度豆のくたくた煮 えのきと人参のすまし汁	鶏ミンチ・じゃが芋・大根・人参・醤油 三度豆・醤油 えのき・人参・醤油	29	金		年末休館日	
14	木	軟飯	白身魚のスープ煮 ブロッコリーのおかか煮 もやしと人参のみそ汁	白身魚・じゃが芋・人参・玉ねぎ・醤油 ブロッコリー・おかか・醤油 もやし・人参・みそ	30	土			
15	金	軟飯	じゃが芋とツナの炊き合わせ 白菜のお浸し 玉ねぎと人参のみそ汁	じゃが芋・玉ねぎ・人参・ツナ缶・醤油 白菜・人参・おかか 玉ねぎ・人参・みそ					
16	土	軟飯	高野豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーと蕨のおひたし 豆腐とわかめのみそ汁	高野豆腐・青菜・人参・醤油 ブロッコリー・蕨・醤油 豆腐・わかめ・みそ					



※適宜和風だしを使用します。