12月　離乳食献立表（後期）

日	曜日	献立名 主食	献立名 おかず	主な材料
2	月	軟飯	肉じゃが わかめときゅうりのみぞれ和え なすとねぎのみそ汁	鶏ミンチ・じゃが芋・玉ねぎ・人参 わかめ・きゅうり・大根 なす・ねぎ
3	火	軟飯	豆腐のあんかけ マッシュポテト 大根とほうれん草のみそ汁	豆腐・鶏ミンチ・人参 じゃが芋 大根・ほうれん草
4	水	軟飯	白身魚のあっさり煮 オクラときゅうりの和え物 麩と玉ねぎのすまし汁	白身魚・人参 オクラ・きゅうり 麩・玉ねぎ
5	木	うどん	きつねうどん キャベツと玉ねぎのくたくた煮 ほうれん草と人参のやわらか煮	うどん・油揚げ・わかめ キャベツ・玉ねぎ ほうれん草・人参
6	金	軟飯	白身魚のだし煮 コロコロ煮 豆腐と玉ねぎのみそ汁	白身魚 じゃが芋・人参・三度豆 豆腐・玉ねぎ
7	土		バザー	
9	月	軟飯	トマト煮込み ほうれん草のくたくた煮 人参ともやしのスープ	鶏ミンチ・玉ねぎ・三度豆・トマト缶 ほうれん草 人参・もやし
10	火	軟飯	白身魚の野菜あん 三度豆のおかか煮 豆腐とねぎのみそ汁	白身魚・人参・ほうれん草 三度豆・かつお節 豆腐・ねぎ
11	水	軟飯	とろとろ煮 かぼちゃの甘煮 玉ねぎとねぎのみそ汁	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・もやし・小松菜 かぼちゃ 玉ねぎ・ねぎ
12	木	軟飯	煮豆腐 ころころ煮 わかめスープ	豆腐・ツナ・ほうれん草・玉ねぎ じゃが芋・人参 わかめ
13	金	軟飯	白身魚ときゅうりの一緒煮 キャベツと人参のサラダ 玉ねぎとじゃが芋のスープ	白身魚・きゅうり キャベツ・人参 玉ねぎ・じゃがいも
14	土	おじや	みそ煮込みおじや	米・鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・青ねぎ
16	月	軟飯	豆腐と鶏のとろとろ 白菜と人参のあっさり煮 麩とわかめのすまし汁	豆腐・鶏ミンチ・玉ねぎ 白菜・人参 麩・わかめ
17	火	軟飯	白身魚と人参の一緒煮 ほうれん草とじゃが芋のぽってり煮 えのきと青ねぎのみそ汁	白身魚・人参 ほうれん草・じゃがいも えのき・青ねぎ

月	曜日	献立名 主食	献立名 おかず	主な材料
18	水	軟飯	豆腐の肉野菜あんかけ 三度豆のだし煮 もやしとなすのすまし汁	豆腐・鶏ミンチ・玉ねぎ・人参 三度豆 もやし・なす
19	木	軟飯	白身魚のだし煮 きゅうりとじゃが芋のころころ煮 冬瓜としめじのみそ汁	白身魚 きゅうり・じゃがいも 冬瓜・しめじ
20	金	軟飯	ツナじゃが ブロッコリーのやわらか煮 玉ねぎと人参のスープ	じゃが芋・ツナ ブロッコリー 玉ねぎ・人参
21	土	軟飯	野菜煮 マッシュポテト 小松菜のすまし汁	豆腐・鶏ミンチ・人参・玉ねぎ じゃが芋 小松菜
23	月	うどん	みそ煮込みうどん さつま芋の甘煮 人参と玉ねぎのあっさり煮	うどん・鶏ミンチ・ほうれん草 さつまいも 人参・玉ねぎ
24	火	軟飯	白身魚のみぞれ煮 小松菜のやわらか煮 白菜と人参のみそ汁	白身魚・大根 小松菜 白菜・人参
25	水	軟飯	じゃが芋のあんかけ 人参とキャベツのあっさり煮 ブロッコリーのスープ	じゃが芋・鶏ミンチ・玉ねぎ 人参・キャベツ ブロッコリー
26	木	軟飯	鶏煮 ほうれん草と人参の煮物 豆腐と三つ葉のすまし汁	鶏ミンチ・もやし・玉ねぎ ほうれん草・人参 豆腐・三つ葉
27	金	軟飯	白身魚のだし煮 さつま芋と人参のコロコロ煮 大根とほうれん草のみそ汁	白身魚 さつま芋・人参 大根・ほうれん草
28	土	おじや	具沢山おじや	米・鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・ニラ
30	月		年末休暇	
31	火			