

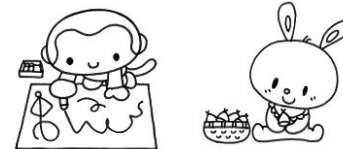


12月 離乳食献立表(中期)



今川学園 園長 篠瀬 実千代

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	土		バザー		18	火	軟飯	鱈の煮付け キャベツのおかか煮 ポトフ	鱈・醤油・片栗粉 キャベツ・人参・きゅうり・かつお節 鶏ミンチ・じゃが芋・玉ねぎ・醤油
3	月	軟飯	かぼちゃのそぼろ煮 ひじきの煮物 玉ねぎとキャベツのみそ汁	鶏ミンチ・かぼちゃ・醤油 ひじき・人参・小松菜・醤油 玉ねぎ・キャベツ・みそ	19	水	軟飯	鶏ミンチとじゃが芋のトマト風味 りんごの甘煮 小松菜と人参のみそ汁	鶏ミンチ・じゃが芋・玉ねぎ・ほうれん草・トマト りんご 小松菜・人参・みそ
4	火	軟飯	鱈の野菜あん ほうれん草のお浸し 豆腐と豆苗の味噌汁	鱈・玉ねぎ・えのき・ピーマン・片栗粉 ほうれん草・人参・ツナ・しめじ・醤油 豆腐・豆苗・ねぎ・みそ	20	木	軟飯	鮭と豆腐のふつくら煮 ほうれん草のお浸し さつま芋と玉ねぎのみそ汁	鮭・豆腐・片栗粉 ほうれん草・人参・醤油 さつま芋・玉ねぎ・みそ
5	水	軟飯	豆腐のおだんご ブロッコリーのおかか和え まっ白野菜のみそ汁	豆腐・鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・ねぎ・醤油・片栗粉 ブロッコリー・かつお節 白菜・大根・えのき・みそ	21	金	軟飯	野菜のそぼろあんかけ ブロッコリーと人参のやわらか煮 しめじと青菜のみそ汁	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・じゃが芋・醤油・片栗粉 ブロッコリー・人参・醤油 しめじ・青菜・みそ
6	木	トマト風味軟飯	じゃが芋とツナの炊き合わせ キャベツのうま煮 ほうれん草と玉ねぎのみそ汁	#REF! キャベツ・醤油 ほうれん草・玉ねぎ・みそ	22	土	軟飯	ツナと野菜の煮物 焼きバナナ 三度豆とわかめのみそ汁	ツナ・じゃが芋・人参・玉ねぎ・トマト缶 バナナ 三度豆・わかめ・みそ
7	金	軟飯	鮭のだし煮 わかめのサラダ風 麩とねぎのみそ汁	鮭・片栗粉 わかめ・人参・豆腐・醤油・片栗粉 麩・ねぎ・みそ	24	月	軟飯		天皇誕生日
8	土	軟飯	豆腐の三色煮 小松菜のおかか煮 えりんぎとわかめのみそ汁	豆腐・ピーマン・人参・醤油・片栗粉 小松菜・かつお節 えりんぎ・わかめ・みそ	25	火	軟飯	豆腐ハンバーグ かぼちゃとブロッコリーのサラダ きのこのみそ汁	豆腐・鶏ミンチ・玉ねぎ・ニラ・醤油・片栗粉 かぼちゃ・ブロッコリー しめじ・えのき・人参・みそ
10	月	軟飯	筑前煮 ほうれん草の磯和え じゃが芋とえのきのみそ汁	鶏ミンチ・人参・里芋・ねぎ・醤油 ほうれん草・刻みのり じゃが芋・えのき・みそ	26	水	軟飯	鮭の磯辺和え 千切大根の煮物 大根とわかめのみそ汁	鮭・小松菜・刻みのり 千切り大根・人参・三度豆・醤油 大根・わかめ
11	火	うどん	みそ煮込みうどん キャベツと玉ねぎのお浸し もやしときゅうりのやわらかサラダ	うどん・鶏ミンチ・白菜・人参・ほうれん草・みそ キャベツ・玉ねぎ・醤油 もやし・きゅうり・塩	27	木	うどん	トマト風味うどん 白菜と人参の和え物 かぶのやわらか煮	うどん・鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・パプリカ・ピーマン・トマト缶 白菜・人参・醤油 かぶ・かぶの葉・醤油
12	水	軟飯	ひき肉と野菜のポテリ煮 しめじともやしの煮浸し 麩とねぎのみそ汁	鶏ミンチ・かぼちゃ・小松菜・白ネギ・醤油 しめじ・もやし・じゃこ 麩・ねぎ・みそ	28	金	軟飯	肉豆腐 ほうれん草の磯和え 白菜と里芋のみそ汁	鶏ミンチ・絹揚げ・人参・玉ねぎ・醤油 ほうれん草・しらす・刻みのり 白菜・里芋・ねぎ・みそ
13	木	軟飯	高野豆腐と野菜の煮物 粉ふき芋 白菜とえのきのみそ汁	高野豆腐・青梗菜・人参・醤油 じゃが芋・青のり 白菜・えのき・みそ	29	土		年末休館日	
14	金	軟飯	豆腐のふんわり煮 ブロッコリー入ポテトサラダ 人参と玉ねぎのスープ	豆腐・鶏ミンチ・青菜・醤油 ブロッコリー・じゃが芋・ツナ 人参・玉ねぎ・塩	30	月			
15	土	おじや	おじや 小松菜とツナの炊いたん 麩とわかめのすまし汁	米・干し椎茸・玉ねぎ・人参・みそ 小松菜・ツナ 麩・わかめ・醤油					
17	月	軟飯	鶏ひき肉と野菜のトマト煮 ひじきのサラダ きのこわかめのみそ汁	鶏ミンチ・玉ねぎ・三度豆・トマト缶 ひじき・千切大根・人参・もやし・醤油 えのき・えりんぎ・わかめ・みそ					



※適宜和風だし・片栗粉を使用します。