

2019年12月 離乳食献立表

野のはな保育園

		3回食 (10~12ヶ月)	完了食 (13~18ヶ月)			3回食 (10~12ヶ月)	完了食 (13~18ヶ月)
2 16 (月)	午前	全かゆ→軟飯 マカロニグラタン キャベツサラダ 豆腐と白菜のみそ汁	丸パン マカロニグラタン フレンチサラダ 豆腐と白菜のスープ	9 23 (月)	午前	全かゆ→軟飯 豆腐と根菜のごま味噌煮 きゅうり和え かぶみそ汁	軟飯→ごはん 豆腐と根菜のごま味噌煮 きゅうり変わり漬け かぶみそ汁
	午後	全かゆ→軟飯 しらすかぼちゃ煮 みそ汁 くだもの	じゃこ菜飯おにぎり チーズ みそ汁 くだもの		午後	全かゆ→軟飯 しらすみそ煮 野菜スープ くだもの	じゃこみそピザ レーズン 野菜スープ くだもの
3 17 (火)	午前	全かゆ→軟飯 豆腐ステーキ 白菜和え物 かぼちゃ 大根おろし汁	軟飯→ごはん 中華風卵焼き 白菜さっぱり漬け かぼちゃ素揚げ 大根おろし汁	10 (火)	午前	全かゆ→軟飯 かじき照り焼き玉ねぎソース 春雨サラダ きゃべつみそ汁	軟飯→ごはん かじき唐揚げ玉ねぎソース 春雨サラダごぼう煮 きゃべつみそ汁
	午後	全かゆ→軟飯 鶏肉の野菜あんかけ 野菜スープ くだもの	グリーンスコーン いりこ 野菜スープ くだもの		午後	全かゆ→軟飯 肉じゃが 野菜スープ くだもの	ふりかけおにぎり バナナヨーグルト 野菜スープ
4 18 (火)	午前	全かゆ→軟飯 かれない野菜煮 ほうれん草和え じゃが芋なめこみそ汁	茶飯軟飯→ごはん おでん ほうれん草しらす和え じゃが芋なめこみそ汁	11 25 (水)	午前	全かゆ→軟飯 豚肉団子と茄子煮物 ブロッコリーサラダ そうめんすまし汁	軟飯→ごはん 豚肉団子と茄子煮物 ブロッコリーサラダ 納豆 そうめんすまし汁
	午後	全かゆ→軟飯 納豆磯煮 野菜スープ くだもの	ジャムサンド 煮豆 野菜スープ くだもの		午後	全かゆ→軟飯 お麩かぶ煮 野菜スープ くだもの	きな粉ラスク いりこ 野菜スープ くだもの
5 (木)	午前	全かゆ→軟飯 豚肉団子 大根サラダ ひじき煮 ねぎすまし汁	軟飯→ごはん しゅうまい 根菜マリネ ひじき煮 ねぎすまし汁	12 26 (木)	午前	全かゆ→軟飯 かれない照り焼き 三色ごま和え お麩みそ汁	軟飯→ごはん かれない照り焼き 三色塩ナムル れんこん揚げ お麩みそ汁
	午後	全かゆ→軟飯 お麩とじゃが芋煮 みそ汁 くだもの	じゃが芋揚げボール 茹で野菜 みそ汁 くだもの		午後	全かゆ→軟飯 豆腐あんかけ 野菜スープ くだもの	スイートポテト 田作り風いりこ 野菜スープ くだもの
6 20 (金)	午前	全かゆ→軟飯 かじきみそ煮 さつま芋サラダ 大根煮 沢煮みそ椀	軟飯→ごはん 豆腐真砂揚げ マセドアンサラダ 切干し煮 沢煮みそ椀	13 27 (金)	午前	全かゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 じゃが芋 きゅうりわかめサラダ 具沢山みそ汁	中華丼 きゅうりホタテのサラダ ベイクトポテト 石狩汁
	午後	全かゆ→軟飯 豆腐ブロッコリー煮 きのこすまし汁 くだもの	きのこうどん レーズン くだもの		午後	全かゆ→軟飯 鮭小松菜みそ煮 野菜スープ くだもの	ホットケーキ 茹で野菜 野菜スープ くだもの
7 21 (土)	午前	全かゆ→軟飯 鶏ハンバーグ 小松菜ごま和え 煮物 もやしみそ汁	軟飯→ごはん 鶏ハンバーグ 小松菜ごま和え 煮物 もやしみそ汁	14 28 (土)	午前	全かゆ→軟飯 鶏野菜煮 きゅうりごま和え 里芋煮 すまし汁	肉うどん きゅうりごま酢和え 里芋煮
	午後	全かゆ→軟飯 かれないさつま芋煮 すまし汁 くだもの	わかめおにぎり 干し芋 すまし汁 くだもの		午後	全かゆ→軟飯 納豆野菜あんかけ みそ汁 くだもの	カレーおにぎり チーズ 野菜スープ くだもの

☆この他に野菜スティックがつきます。

☆完了食より毎食牛乳がつきます。

☆くだものは、なし・りんご・バナナ・みかんなど使用します。