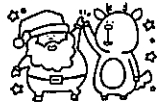




# 2023年 12月 離乳食 予定献立表

この花ナーサリ ・ この花KidsRoom



日付	時間帯	後期食 (9~11ヶ月頃)	中期食 (7~8ヶ月頃)	初期食 (5~6ヶ月頃)	主な材料
1 (金)	昼食	おかゆ ひじき入り豆腐ハンバーグ 冬野菜の煮物 みそ汁 (キャベツ)	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 冬野菜の煮物 みそ汁 (キャベツ)	おかゆ 豆腐のつぶし煮 大根・にんじんペースト かつおだし汁	米 ひじき 豆腐 鶏ひき肉 たまねぎ だいこん はくさい にんじん キャベツ
	おやつ	一口おにぎり (おかか) みかん			米 かつお節 みかん缶
2 (土)	昼食	おかゆ 豆腐とキャベツの煮物 じゃがいものそぼろ煮 そうめん汁	おかゆ 豆腐とキャベツの煮物 じゃがいものそぼろ煮 そうめん汁	おかゆ キャベツ・にんじんペースト ポテトペースト かつおだし汁	米 豚肉 豆腐 キャベツ にんじん じゃがいも 鶏ひき肉 そうめん
	おやつ	ツナ雑炊 りんご (おろし煮)			おかゆ ツナ缶 ほうれんそう にんじん りんご
4 (月)	昼食	おかゆ 白菜のやわらか煮 さつまいものお焼き みそ汁 (じゃが芋・こまつな)	おかゆ 白菜のやわらか煮 さつまいもマッシュ みそ汁 (じゃが芋・こまつな)	おかゆ 白菜・にんじんペースト さつまいもペースト かつおだし汁	米 ささ身 はくさい にんじん さつまいも きな粉 じゃがいも こまつな
	おやつ	野菜煮込みうどん みかん			うどん (小麦) 豚肉 ほうれんそう にんじん みかん缶
5 (火)	昼食	おかゆ 魚とかぼちゃの煮物 大根と青菜の煮物 みそ汁 (白菜)	おかゆ 魚とかぼちゃの煮物 大根と青菜の煮物 みそ汁 (白菜)	おかゆ 白身魚・にんじんペースト かぼちゃペースト かつおだし汁	米 キング かぼちゃ だいこん にんじん ほうれんそう 白菜
	おやつ	野菜雑炊 バナナ			おかゆ キャベツ にんじん バナナ
6 (水)	昼食	おかゆ 豆腐とレバーのみそ煮 とうがんウブシー みそ汁 (もずく)	おかゆ 豆腐のみそ煮 とうがんウブシー かつおだし汁	おかゆ 豆腐ペースト とうがん・にんじんペースト かつおだし汁	米 豆腐 豚レバー たまねぎ 鶏肉 とうがん にんじん いんげん もずく
	おやつ	一口おにぎり (しらす) りんご (おろし)			米 しらす りんご
7 (木)	昼食	おかゆ じゃがいものトマト煮 ほうれん草のツナ煮 玉ねぎスープ	おかゆ じゃがいものトマト煮 ほうれん草のツナ煮 玉ねぎスープ	おかゆ じゃがいも・ブロッコリーペースト ほうれん草ペースト かつおだし汁	鶏もも肉 じゃがいも ブロッコリー たまねぎ にんじん トマト ほうれんそう にんじん ツナ缶 玉ねぎ
	おやつ	わかめ粥 ヨーグルト			米 わかめ バナナ
8 (金)	昼食	おかゆ 焼き鮭 (ほくし) 大根の煮物 みそ汁 (豆腐・しめじ)	おかゆ 白身魚と青菜の煮物 大根の煮物 みそ汁 (さつまいも)	おかゆ ほうれん草ペースト にんじんペースト かつおだし汁	米 鮭 ほうれん草 だいこん にんじん いんげん 豆腐 しめじ
	おやつ	野菜雑炊 みかん			米 ほうれん草 にんじん みかん缶
9 (土)	昼食	おかゆ 白菜の豆乳クリーム煮 かぼちゃのそぼろ煮 大根スープ	おかゆ 白菜の豆乳クリーム煮 かぼちゃのそぼろ煮 大根スープ	おかゆ 白菜・ブロッコリーペースト かぼちゃペースト かつおだし汁	米 肉 はくさい にんじん たまねぎ ブロッコリー 豆乳 かぼちゃ 鶏ひき肉 大根
	おやつ	バナナ せんべい			バナナ ベビーせんべい
11 (月)	昼食	そぼろあんかけ丼 ポテトサラダ 冬瓜とわかめのスープ ヨーグルト (みかん)	そぼろあんかけ丼 ポテトサラダ 冬瓜とわかめのスープ ヨーグルト (みかん)	おかゆ ポテトペースト にんじんペースト かつおだし汁	おかゆ 鶏ひき肉 にんじん たまねぎ じゃがいも にんじん きゅうり マヨネーズ (ノンエッグ) とうがん わかめ だし汁 ヨーグルト みかん
	おやつ	わかめ雑炊 バナナ			おかゆ わかめ にんじん バナナ
12 (火)	昼食	おかゆ 白身魚と豆腐の煮物 キャベツの煮物 みそ汁 (大根・わかめ)	おかゆ 白身魚と豆腐の煮物 キャベツの煮物 みそ汁 (大根・わかめ)	おかゆ 白身魚と豆腐の煮物 キャベツペースト かつおだし汁	米 キング 豆腐 豚肉 キャベツ にんじん 大根 わかめ
	おやつ	食パン (一口カット) マカロニトマトスープ			食パン マカロニ 鶏ひき肉 トマト たまねぎ キャベツ にんじん
13 (水)	昼食	煮込みうどん 豆腐としらすのとりみ煮 さつまいも	煮込みうどん 豆腐としらすのとりみ煮 さつまいも	おかゆ つぶし豆腐 さつまいもペースト かつおだし汁	うどん (小麦) ツナ缶 ほうれんそう にんじん たまねぎ 豆腐 しらす干し ブロッコリー さつまいも
	おやつ	一口おにぎり (青のり) りんご (おろし煮)			米 あおのり りんご
14 (木)	昼食	おかゆ 鶏ひき肉とかぼちゃの煮物 白菜と昆布の煮物 かつおだし汁	おかゆ 鶏ひき肉とかぼちゃの煮物 大根の煮物 みそ汁 (白菜)	おかゆ かぼちゃペースト 大根・にんじんペースト かつおだし汁	米 あおのり 鶏ひき肉 かぼちゃ たまねぎ こんぶ 豚肉 はくさい にんじん だし汁
	おやつ	しらす粥 (にんじん) みかん			米 しらす にんじん みかん缶



# 2023年 12月 離乳食 予定献立表

この花ナーサリ ・ この花KidsRoom



日付	時間帯	後期食 (9~11ヶ月頃)	中期食 (7~8ヶ月頃)	初期食 (5~6ヶ月頃)	主な材料
15 (金)	昼食	おかゆ 鶏肉のトマト煮 キャベツのコーンクリーム煮 冬瓜スープ	おかゆ 鶏肉のトマト煮 キャベツのコーンクリーム煮 冬瓜スープ	おかゆ 野菜のトマト煮 キャベツペースト かつおだし汁	米 鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんじん ピーマン 大豆 トマト キャベツ にんじん クリームコーン とうがん
	おやつ	茹でさつまいも ヨーグルト (みかん)			さつまいも ヨーグルト みかん缶
16 (土)	昼食	おかゆ 鶏肉と大根の煮物 豆腐と青菜のとりみ煮 かつおだし汁	おかゆ 鶏肉と大根の煮物 豆腐と青菜のとりみ煮 かつおだし汁	おかゆ にんじんペースト 豆腐と青菜のペースト かつおだし汁	米 鶏肉 だいこん にんじん 豆腐 ほうれんそう 豚しゃぶ だし汁
	おやつ	わかめ粥 バナナ			米 わかめ バナナ
18 (月)	昼食	トマトスパゲティ- 食パン 大根のツナ煮 冬瓜スープ	トマトスパゲティ- さつまいもマッシュ キャベツのツナ煮 とつがんスープ	おかゆ さつまいもペースト キャベツペースト かつおだし汁	スパゲティ(小麦) 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん ピーマン トマト 食パン だいこん にんじん ツナ缶 冬瓜
	おやつ	さつまいも粥 みかん			米 さつまいも みかん缶
19 (火)	昼食	おかゆ 白菜のやわらか煮 かぼちゃの甘煮 みそ汁 (豆腐・ほうれん草)	おかゆ 白菜のやわらか煮 かぼちゃの甘煮 みそ汁 (豆腐・ほうれん草)	おかゆ 野菜ペースト かぼちゃペースト かつおだし汁	米 豚肉 はくさい たまねぎ にんじん ピーマン かぼちゃ 豆腐 ほうれんそう
	おやつ	野菜雑炊 さつまいも			米 ほうれんそう にんじん さつまいも
20 (水)	昼食	おかゆ 豆腐ハンバーグ 大根の煮物 みそ汁 (さつまいも)	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 大根の煮物 みそ汁 (さつまいも)	おかゆ 豆腐のつぶし煮 大根・にんじんペースト かつおだし汁	米 豆腐 鶏ひき肉 豚肉 だいこん にんじん いんげん さつまいも
	おやつ	一口おにぎり (しらす) バナナ			米 しらす バナナ
21 (木)	昼食	☆ クリスマス会 & お誕生会 ☆			(お弁当)
	おやつ	鶏雑炊 フルーツヨーグルト			米 鶏ひき肉 ほうれんそう にんじん ヨーグルト みかん
22 (金)	昼食	ひじき粥 白身魚の豆乳コーン煮 かぼちゃの甘煮 ゆし豆腐汁	おかゆ 白身魚の豆乳コーン煮 かぼちゃの甘煮 ゆし豆腐汁	おかゆ 白身魚とにんじんペースト かぼちゃペースト かつおだし汁	米 ひじき ソウルフード たまねぎ にんじん いんげん 豆乳 クリームコーン かぼちゃ ゆし豆腐
	おやつ	野菜煮込みうどん バナナ			うどん(小麦) ツナ缶 ほうれんそう にんじん たまねぎ バナナ
23 (土)	昼食	おかゆ ササミ団子のトマト煮 キャベツの煮物 白菜スープ	おかゆ ササミのトマト煮 キャベツの煮物 白菜スープ	おかゆ ポテトペースト にんじんペースト かつおだし汁	米 ささ身 じゃがいも たまねぎ にんじん ピーマン トマト 豚肉 キャベツ にんじん たまねぎ 白菜
	おやつ	一口おにぎり (わかめ) りんご (おろし)			米 わかめ りんご
25 (月)	昼食	おかゆ 鶏肉とマカロニの豆乳クリーム煮 キャベツとじゃがいもの煮物 かつおだし汁	おかゆ 鶏肉とマカロニの豆乳クリーム煮 キャベツとじゃがいもの煮物 かつおだし汁	おかゆ ブロッコリーペースト キャベツとじゃがいものペースト かつおだし汁	米 鶏肉 マカロニ たまねぎ にんじん ブロッコリー 豆乳 キャベツ じゃがいも だし汁
	おやつ	コーン粥 みかん			米 クリームコーン みかん缶
26 (火)	昼食	おかゆ 白身魚と豆腐の煮物 大根のそぼろ煮 みそ汁 (白菜)	おかゆ 白身魚と豆腐の煮物 大根のそぼろ煮 みそ汁 (白菜)	おかゆ 白身魚と豆腐のペースト 大根・にんじんペースト かつおだし汁	米 キング 豆腐 こまつな 鶏ひき肉 だいこん にんじん いんげん 白菜
	おやつ	一口おにぎり (しらす) りんご (おろし煮)			米 しらす りんご
27 (水)	昼食	おかゆ ササミ団子とかぼちゃの煮物 キャベツの炒め煮 大根スープ	おかゆ ササミ団子とかぼちゃの煮物 キャベツの炒め煮 大根スープ	おかゆ かぼちゃペースト キャベツとにんじんのペースト かつおだし汁	米 ささ身 かぼちゃ キャベツ にんじん ピーマン 大根
	おやつ	バナナ きなこトースト			バナナ 食パン きなこ ミルク
28 (木)	昼食	野菜煮込みうどん 豆腐のそぼろ煮 バナナ	野菜煮込みうどん 豆腐のそぼろ煮 バナナ	おかゆ ほうれん草ペースト 豆腐のつぶし煮 かつおだし汁	うどん(小麦) ツナ缶 ほうれんそう たまねぎ にんじん 豆腐 鶏ひき肉 バナナ
	おやつ	ひじき雑炊 みかん			米 ひじき にんじん みかん缶

※ 児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することがあります。