

2022年度 12月 離乳食予定献立表

おひさま岡町保育園



7ヶ月頃から、こどもたちの姿に合わせて、朝のおやつ(ハイハイ1枚程度とお茶)があります。

	献立 (1歳以上)	7~8ヶ月頃	9~11ヶ月頃	12ヶ月~18ヶ月頃
		みじん→あらみじん	あらみじん、サイコロ状	
月 (12 26)	れんこんごはんおにぎり (だし・うす口・酒・塩) ぼかぼか鶏肉鍋 (しょうゆ・酒・だし) みかん	全粥(五分粥) 鶏肉の煮物 大根と人参の煮物 白菜のおひたし おみそ汁(昆布だし)	軟飯 ぼかぼか鶏肉鍋 (白菜、大根、小松菜、人参) 野菜スティック	れんこんごはんおにぎり ぼかぼか鶏肉鍋 みかん
	芋の蒸しまんじゅう	なし	市販菓子	市販菓子
火 (13)	げんこつパン クリームシチュー (コンソメ、塩) ブロッコリーのりんごサラダ (酢・塩)	全粥(五分粥) 鮭と野菜のミルク煮 ほうれん草のおひたし じゃがいもの含め煮 野菜スープ(昆布だし)	げんこつパン 鮭と野菜のクリーム煮 ほうれん草のおひたし じゃがいもの含め煮 野菜スープ(昆布だし) 野菜スティック	げんこつパン クリームシチュー ブロッコリーの和え物
	ひじきおにぎり (だし・しょうゆ・みりん)	なし	ひじきごはん(軟飯)	ひじきおにぎり
水 (14)	生姜ぼかぼかごはん(塩) 切干大根と豚バラの炒め煮 (しょうゆ・みりん・酒) 春菊と白菜のごま和え (しょうゆ) おみそ汁 (にぼし・みそ)	全粥(五分粥) 豆腐と野菜の煮物 白菜のおひたし さつまいもの含め煮 おみそ汁(昆布だし)	軟飯 大根と豚バラの煮物 切り干し大根と野菜の煮物 さつまいもの含め煮 おみそ汁 野菜スティック	生姜ごはん 切干大根と豚バラの炒め煮 春菊と白菜のごま和え おみそ汁
	さつまいもクッキー (B.P.)	なし	さつまいもクッキー	さつまいもクッキー
木 (15)	ごはん 魚の竜田揚げ (しょうゆ・みりん) かぶのかにかまあんかけ (うすくち・みりん・酒・だ) おみそ汁 (にぼし・みそ)	全粥(五分粥) 魚の煮つけ かぶと野菜のあんかけ ほうれん草のおひたし おみそ汁(昆布だし)	軟飯 魚の煮つけ かぶの野菜あんかけ ほうれん草のおひたし おみそ汁 野菜スティック	ごはん 魚の竜田揚げ かぶのかにかまあんかけ おみそ汁
	大根餅(塩)	なし	市販菓子	市販菓子
金 (16)	ごはん ちくれんこんもち (塩・酒・うすくち) ほうれん草のおかか和え (しょうゆ) 雷汁 (かつお・昆布・うすくち・酒・塩)	全粥(五分粥) 豆腐と野菜の煮物 ほうれん草のおひたし さつまいもの含め煮 すまし汁	軟飯 豆腐と野菜の煮物 ほうれん草のおかか和え さつまいもの含め煮 雷汁 野菜スティック	ごはん ちくれんこんもち ほうれん草のおかか和え 雷汁
	あべかわマカロニ(塩)	なし	あべかわマカロニ	あべかわマカロニ
土 (17)	ミートスパゲティ (コンソメ・ケチャップ・ソ) 白菜スープ (コンソメ・塩)	全粥(五分粥) ささみと野菜の煮物 白菜のおひたし じゃがいもの含め煮 野菜スープ	ミートスパゲティ (コンソメ抜き) 野菜スープ 野菜スティック	ミートスパゲティ 白菜スープ
	パンとチーズ	なし	市販菓子	市販菓子

木 (18)	豚汁うどん (にぼし・みそ) ブロッコリーの生姜和え (塩) 焼おにぎり (みりん・しょうゆ)	全粥(五分粥) 豆腐と野菜の煮物 白菜のおひたし さつまいもの含め煮 おみそ汁 なし	豚汁うどん ブロッコリーの和え物 焼おにぎり(軟飯)	豚汁うどん ブロッコリーの生姜和え 焼おにぎり
-----------	--	---	----------------------------------	-------------------------------

	献立 (1歳以上)	5~6ヶ月頃	9~11ヶ月頃	12ヶ月~18ヶ月頃
		マッシュ→みじん切り	あらみじん、サイコロ状	
月 (19)	ごはん ちくわの磯辺揚げ (5 19) 根菜サラダ(マヨネーズ・塩) みそ汁 (にぼし・みそ) おからとりんごのケーキ (B.P.)	全粥(五分粥) 豆腐と野菜の煮物 白菜のおひたし さつまいもの含め煮 おみそ汁(昆布だし)	軟飯 豆腐と野菜の煮物 水菜と人参のおひたし さつまいもの含め煮 おみそ汁 野菜スティック	ごはん ちくわの磯辺揚げ 根菜サラダ おみそ汁 おからとリンゴのケーキ
火 (6)	ごはん 筑前煮 (だし・しょうゆ・みりん) かきたま汁 (かつお・昆布・うすくち・塩) 梅が枝もち(塩)	全粥(五分粥) 鶏肉と里芋の煮物 大根と人参の煮物 小松菜のおひたし すまし汁	軟飯 鶏肉と里芋の煮物 大根と人参の煮物 小松菜のおひたし すまし汁 野菜スティック	ごはん 筑前煮 かきたま汁 市販菓子
水 (21)	ごはん 魚のムニエル (塩) 大豆サラダ (酢・塩) ミネストローネ (コンソメ・塩・ケチャップ)	全粥(五分粥) 魚の煮つけ 人参と玉ねぎの煮物 じゃがいもの含め煮 野菜スープ	軟飯 魚のムニエル キャベツのおひたし じゃがいもの含め煮 ミネストローネ(コンソメ抜き) 野菜スティック	ごはん 魚のムニエル キャベツのおひたし ミネストローネ 根菜チップス・ヨーグルト
木 (22)	ごはん 鶏むね肉のみぞれがけ (しょうゆ・みりん・だし) かぼちゃのいとこ煮 (だし・しょうゆ・酒) すまし汁 (かつお・昆布・うすくち・塩) お好み焼き(ソース・マヨ ネーズ)	全粥(五分粥) ささみと野菜の煮物 白菜のおひたし かぼちゃの含め煮 すまし汁	軟飯 鶏むね肉のみぞれがけ 白菜のおひたし かぼちゃの含め煮 すまし汁 野菜スティック	ごはん 鶏むね肉のみぞれがけ かぼちゃのいとこ煮 すまし汁 お好み焼き
金 (23)	ごはん 魚の袖庵焼き (しょうゆ・みりん・酒) 切干大根の煮物 (だし・うすくち・みりん) おみそ汁 (にぼし・みそ)	全粥(五分粥) 魚の煮つけ 大根と人参の煮物 ほうれん草のおひたし おみそ汁(昆布だし)	軟飯 魚の袖庵焼き 切り干し大根の煮物 ほうれん草のおひたし おみそ汁 野菜スティック	ごはん 魚の袖庵焼き 切り干し大根の煮物 おみそ汁 市販菓子
土 (24)	親子丼 (だし・しょうゆ・みり) おみそ汁(にぼし・みそ) 市販菓子	全粥(五分粥) ささみと野菜の煮物 玉ねぎと人参の煮物 小松菜のおひたし おみそ汁(昆布だし)	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 小松菜のおひたし おみそ汁 野菜スティック	親子丼 おみそ汁 市販菓子

20日(火)はお誕生日会特別メニューです。  
27日(木)の給食は食材調整の為、  
日が近づきましたら掲示してご連絡します。

12月28日(水)と1月4日(水)はお弁当日です。

<離乳食献立表の見方について>

- \* 献立表は、目安です。こどもたち一人一人の姿(発達)に合わせたメニューになります。
- \* 初めて口にする食材(タンパク質、アクの強い食材など)は、必ずお家で一度食べて身体に異常が表れないことを確認した上で、メニューに取り入れていくことになります。(ノートの食材チェックに○を記入、もしくは、口頭でお伝えください)
- \* 食材やメニューなどで、何か質問や心配なことがありましたら、担任もしくは給食室にお尋ねください。