



# 12月の離乳食献立表

令和4年11月末日発行

# まこと保育園分園

日	5~6か月頃	7~11ヶ月頃	7~11ヶ月頃
(曜)	午前の離乳食		午後の離乳食
1	おかゆ	おかゆ 肉じゃが風	おかゆ 魚のミルク煮
(木)	人参ペースト 野菜スープ	ブロッコリーのやわらか煮 野菜スープ	白菜のやわらか煮 野菜スープ
2	おかゆ	おかゆ 鶏肉のおろしあんかけ	おかゆ しらすの野菜あんかけ
(金)	ほうれん草ペースト 野菜スープ	三色野菜のやわらか煮 野菜スープ	人参のやわらか煮 野菜スープ
5	おかゆ	おかゆ 鶏肉のグリーンピースあんかけ	魚のあんかけうどん
(月)	大根ペースト 野菜スープ	大根のやわらか煮 野菜スープ	かぼちゃ煮 野菜スープ
6	おかゆ	おかゆ 鶏肉のトマト煮	パン粥 煮魚
(火)	人参ペースト 野菜スープ	かぶ煮 野菜スープ	きゅうりのコーンあんかけ 野菜スープ
7	おかゆ	おかゆ 鶏肉のあんかけ	おかゆ 豆腐のあんかけ
(水)	さつまいペースト 野菜スープ	さつまい茶巾 野菜スープ	ほうれん草のやわらか煮 野菜スープ
8	おかゆ	おかゆ 大豆のわかめあんかけ	おかゆ 煮魚
(木)	人参ペースト 野菜スープ	白菜のやわらか煮 野菜スープ	なすのやわらか煮 野菜スープ
9	おかゆ	おかゆ 豆腐のわかめあんかけ	おかゆ 魚のグリーンピースあんかけ
(金)	かぼちゃペースト 野菜スープ	キャベツのやわらか煮 野菜スープ	かぼちゃ煮 野菜スープ
12	おかゆ	おかゆ 肉じゃが風	おかゆ しらすの野菜あんかけ
(月)	かぶペースト 野菜スープ	かぶ煮 野菜スープ	キャベツのやわらか煮 野菜スープ
13	おかゆ	おかゆ 豆腐のおろしあんかけ	おかゆ 鶏肉のりんご煮
(火)	大根ペースト 野菜スープ	かぼちゃ煮 野菜スープ	人参のやわらか煮 野菜スープ
14	おかゆ	おかゆ 煮魚	野菜あんかけうどん
(水)	人参ペースト 野菜スープ	白菜のやわらか煮 野菜スープ	ひじきのやわらか煮 野菜スープ
15	おかゆ	おかゆ 鶏肉のあんかけ	おかゆ 豆腐のきのこあんかけ
(木)	ほうれん草ペースト 野菜スープ	ほうれん草のやわらか煮 野菜スープ	かぼちゃ煮 野菜スープ
16	おかゆ	おかゆ けんちん煮風	パン粥 魚のミルク煮
(金)	大根ペースト 野菜スープ	白菜のやわらか煮 野菜スープ	人参のコーンあんかけ 野菜スープ
19	おかゆ	おかゆ 豆腐のグリーンピースあんかけ煮	おかゆ 煮魚
(月)	人参ペースト 野菜スープ	ほうれん草のやわらか煮 野菜スープ	かぼちゃ煮 野菜スープ
20	おかゆ	おかゆ 肉じゃが風	おかゆ 麩のミルク煮
(火)	きゅうりペースト 野菜スープ	きゅうりのやわらか煮 野菜スープ	大豆のやわらか煮 野菜スープ
21	おかゆ	おかゆ 豆腐煮	わかめのあんかけうどん
(水)	人参ペースト 野菜スープ	白菜のやわらか煮 野菜スープ	人参のやわらか煮 野菜スープ
22	おかゆ	おかゆ 煮魚	おかゆ ツナの野菜あんかけ
(木)	かぼちゃペースト 野菜スープ	かぼちゃ煮 野菜スープ	大根のやわらか煮 野菜スープ
23	おかゆ	おかゆ 豆腐煮	パン粥 煮魚
(金)	人参ペースト 野菜スープ	きゅうりのやわらか煮 野菜スープ	芋煮 野菜スープ
26	おかゆ	おかゆ 煮魚	おかゆ 大豆のコーンあんかけ
(月)	人参ペースト 野菜スープ	ブロッコリーのやわらか煮 野菜スープ	さつまいとりんごのやわらか煮 野菜スープ
27	おかゆ	おかゆ 肉じゃが風	おかゆ 納豆あえ
(火)	じゃが芋ペースト 野菜スープ	ほうれん草のやわらか煮 野菜スープ	かぶ煮 野菜スープ
28	おかゆ	おかゆ 鶏肉のきのこあんかけ	おかゆ 魚のわかめあんかけ
(水)	人参ペースト 野菜スープ	白菜のやわらか煮 野菜スープ	かぼちゃ煮 野菜スープ

☆初期は10倍かゆ、中期は7倍かゆ、後期は5倍かゆです。  
 ☆後期は手に持って食べられるスティック野菜やトーストを取り入れます。  
 ☆天候や食材等の都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

