

令和4年12月 離乳食献立表

久良岐保育園

| 日 | | 中期・後期 (7~8・9~11ヶ月) | 完了期 (12~18ヶ月) | おやつ | 日 | | 中期・後期 (7~8・9~11ヶ月) | 完了期 (12~18ヶ月) | おやつ |
|----|---|---|---|----------------------|----|---|--|---|---------------------------------|
| 1 | 木 | りんご おかゆ/軟飯 玉ねぎのそぼろ煮/ハンバーグ 小松菜和え 豆腐とねぎの味噌汁 | ごはん ハンバーグ 小松菜としめじの炒め 豆腐とねぎとなめこの味噌汁 | おかかおじや おかかおむすび | 19 | 月 | ヨーグルト おかゆ/軟飯 白身魚と南瓜の煮付け チンゲンサイ和え 人参のポターージュ | ごはん 鮭のマヨドレソース チンゲン菜の炒め風サラダ 人参のポターージュ | かぼちゃ蒸しパン かぼちゃのパンケーキ |
| 2 | 金 | オレンジ おかゆ/軟飯 小松菜の鶏そぼろ煮 じゃが芋マッシュ ねぎと人参の味噌汁 | ごはん ピピンパ風 こふき芋 わかめスープ | かぼちゃもち | 20 | 火 | オレンジ おかゆ/軟飯 ささみとブロッコリーの煮物 かぼちゃの甘煮 じゃが芋と玉葱の味噌汁 | ごはん 鶏肉とブロッコリーのケチャップ かぼちゃサラダ ポテトスープ | さつま芋とりんごの甘煮 さつま芋とリンゴの合わせ煮 |
| 3 | 土 | 赤ちゃん せんべい おかゆ/軟飯 人参の鶏そぼろ煮/ハンバーグ 白菜和え 大根と玉葱の味噌汁 | ごはん ハンバーグ 白菜和え 大根とわかめの味噌汁 | 赤ちゃんせんべい | 21 | 水 | バナナ おかゆ/軟飯 豆腐と人参の煮物 ほうれん草和え 玉ねぎともやしの味噌汁 | ごはん マーボー豆腐 ナムル風煮浸し(酢無し) にらと舞茸と玉葱の味噌汁 | かぼちゃもち |
| 5 | 月 | ヨーグルト おかゆ/軟飯 白身魚と人参の煮付け 大根和え 豆腐とねぎの味噌汁 | ごはん ブリの照り焼き 大根と里芋のそぼろ煮 豆腐とねぎとえのきの味噌汁 | きな粉蒸しパン | 22 | 木 | りんご おかゆ/軟飯 里芋の鶏そぼろ煮/つくね 人参和え ねぎと大根の味噌汁 | ごはん 豚肉と野菜の味噌煮 ほうれん草とハムの胡麻和え すまし汁 | かぼちゃの甘煮 いとこ煮 |
| 6 | 火 | バナナ おかゆ/軟飯 さつま芋のそぼろ煮 キャベツ和え 玉ねぎと人参の味噌汁 | ごはん 鶏肉とさつま芋の旨煮 ごまキャベツ すまし汁 | りんごのコンポート | 23 | 金 | みかん おかゆ/軟飯 ささみと玉葱の煮物/鶏肉ハンバーグ じゃが芋マッシュ 白菜と人参の味噌汁 | ごはん 鶏肉ハンバーグ ポテトサラダ 白菜と人参と玉葱の豆乳スープ | クリスマスのおやつ |
| 7 | 水 | オレンジ おかゆ/軟飯 豆腐とさつま芋の煮物 ほうれん草和え 白菜と里芋の味噌汁 | ごはん 厚揚げ田楽 ほうれん草のマヨドレ和え(竹輪無し) 納豆汁 | 豆乳入りコーンフレーク | 24 | 土 | 赤ちゃん せんべい おかゆ/軟飯 白菜の鶏そぼろ煮 さつま芋マッシュ ねぎとチンゲン菜の味噌汁 | ごはん 豚肉と野菜の炒め煮 さつま芋の甘煮 わかめスープ | 赤ちゃんせんべい |
| 8 | 木 | りんご おかゆ/軟飯 人参の鶏そぼろ煮/つくね キャベツときゅうり和え バナナ | ごはん 野菜のそぼろ炒め チーズサラダ(酢無し) バナナ | 煮込みうどん きつねうどん | 26 | 月 | ヨーグルト おかゆ/軟飯 鶏レバーの甘辛煮 ほうれん草和え 豆腐とねぎの味噌汁 | ごはん 鶏レバー入りハンバーグ 納豆和え なめこ汁 | きな粉サンド |
| 9 | 金 | みかん おかゆ/軟飯 玉ねぎの鶏そぼろ煮/玉ねぎと肉団子の煮物 小松菜和え 人参ともやしの味噌汁 | ごはん ミートグラタン 小松菜ともやしのごま和え オニオンスープ | バナナヨーグルト | 27 | 火 | オレンジ おかゆ/軟飯 ささみと人参の煮物/鶏肉ハンバーグ 大根和え さつま芋とねぎの味噌汁 | ごはん 鶏肉ハンバーグ じゃこ和え さつま芋とねぎの味噌汁 | 南瓜のスパゲッティー 和風スパゲッティー |
| 10 | 土 | 赤ちゃん せんべい おかゆ/軟飯 かぼちゃの鶏そぼろ煮/ハンバーグ ブロッコリー和え ねぎと玉葱の味噌汁 | ごはん ハンバーグ ブロッコリーとコーン えのきとねぎの味噌汁 | 赤ちゃんせんべい | 28 | 水 | りんご おかゆ/軟飯 じゃが芋の鶏そぼろ/つくね キャベツ和え バナナ | ごはん 豚肉と野菜の煮物 スパゲッティーサラダ バナナ | 煮込みうどん 年越しうどん (ほうれん草 油揚げ) |
| 12 | 月 | ヨーグルト おかゆ/軟飯 人参の鶏そぼろ煮/人参と肉団子の煮物 ゆでブロッコリー オレンジ | ごはん ミートソース 温野菜 オレンジ | おかかおじや かやくごはんおむすび | 29 | 木 | 冬休み | | |
| 13 | 火 | りんご おかゆ/軟飯 豆腐と玉葱の煮物 人参和え 白菜と玉葱の味噌汁 | ごはん 豆腐ハンバーグ きのこソース ひじきサラダ(酢無し) 白菜と油揚げの味噌汁 | きなこおはぎ風 | 30 | 金 | 冬休み | | |
| 14 | 水 | オレンジ おかゆ/軟飯 大根の鶏そぼろ煮/豆腐ステーキ 白菜和え かぼちゃのポターージュ | ごはん 豆腐ステーキ 白菜と人参のごま和え かぼちゃのポターージュ | 蒸しじゃが じゃがバター | 31 | 土 | 冬休み | | |
| 15 | 木 | バナナ おかゆ/軟飯 ささみと人参の煮物 かぼちゃのマッシュ かぶの味噌汁 | ごはん 鶏肉のケチャップ炒め かぼちゃのマッシュ かぶのスープ | お楽しみおやつ | | | | | |
| 16 | 金 | みかん おかゆ/軟飯 鶏レバーの甘辛煮 人参和え チンゲン菜とねぎの味噌汁 | ごはん 鶏レバー入りポークビーンズ 鉄骨サラダ(酢無し) チンゲン菜スープ | きな粉サンド | | | | | |
| 17 | 土 | 赤ちゃん せんべい おかかおむすび 里芋と大根と人参とねぎの味噌汁 | おかかおむすび シーチキンおむすび 豚汁 | 赤ちゃんせんべい | | | | | |