

12月 離乳食献立予定

平成30年度 こどもパル

		12~18ヶ月	9~11ヶ月	7・8ヶ月	6ヶ月
		◎は10時、○は午後おやつ	○は午後補食		
1	土	牛乳 せんべい			
3	月	野菜ラーメン チーズ ほうれん草の中華サラダ パナナ ◎牛乳 ひとくちビスケット ○牛乳 オレンジゼリー	煮込みうどん ほうれん草のしらす和え 煮野菜 軟飯~全粥 ◎お茶 オレンジゼリー	煮込みうどん ほうれん草のしらす和え 煮野菜 5倍粥	ほうれん草としらすのペースト 白菜と人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
4	火	おでん ゆでブロッコリー 花魁のすまし汁 グレープフルーツ ◎牛乳 りんご ○牛乳 スイートポテト	大根の煮物 柔かブロッコリー 花魁のすまし汁 軟飯~全粥 ◎お茶 みかん	大根の煮物 柔かブロッコリー 花魁のすまし汁 5倍粥	大根と人参のペースト ブロッコリーのペースト 白菜のペースト 10倍粥
5	水	中華おこわ 鶏肉の旨煮 白菜サラダ ウインナー フライドポテト 麩のすまし汁 ◎飲むヨーグルト クラッカー ◎お茶 フルーツプリン	野菜とツナのリゾット 煮魚 白菜と人参の和え物 粉吹き芋 ◎お茶 フルーツ盛り合わせ	野菜とツナのリゾット 煮魚 白菜とじゃがいもと人参の柔か煮 野菜スープ	野菜リゾット 白身魚のペースト 人参と白菜のペースト じゃがいものペースト 野菜スープ
6	木	ポークカレー 野菜のドレッシングサラダ チーズ みかん ◎牛乳 サンドビスケット ◎牛乳 さつま芋クッキー	豆腐の野菜あんかけ キャベツと大根の旨煮 しらす干し 軟飯~全粥 ◎お茶 みかん	豆腐の野菜あんかけ キャベツと大根の旨煮 しらす干し 5倍粥	豆腐と玉ねぎのペースト 10倍粥 キャベツと大根のペースト しらす干しのペースト 野菜スープ
7	金	焼きさつま ほうれん草の白和え かぼちゃの甘煮 かきたま汁 パナナ ◎牛乳 みかん ○牛乳 割れパン	煮魚 ほうれん草と豆腐の煮物 かぼちゃの甘煮 白菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ	煮魚 ほうれん草と豆腐の柔か煮 かぼちゃの甘煮 白菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト 10倍粥 ほうれん草と豆腐のペースト かぼちゃのペースト 野菜スープ
8	土	牛乳 ビスケット			
10	月	焼きそば かみかみいりこ 大根の味噌汁 ゆでブロッコリー チキンスティック みかん ◎牛乳 ボーロ ○牛乳 ぶかし芋	豆腐のミンチあんかけ しらす干し ゆでブロッコリー 大根の味噌汁 軟飯~全粥 ◎お茶 みかん	豆腐のミンチあんかけ しらす干し ゆでブロッコリー 大根の旨煮 野菜スープ 5倍粥	豆腐としらすのペースト 野菜スープ ブロッコリーのペースト 大根のペースト 10倍粥
11	火	焼きししゃも 小松菜のお浸し 五目煮豆 白菜のすまし汁 りんご ◎牛乳 ウエハース ◎お茶 肉まん	煮魚 小松菜と大豆の柔か煮 白菜のすまし汁 軟飯~全粥 ◎お茶 ぶかし芋	煮魚 小松菜と大豆の柔か煮 白菜のスープ さつまいもの甘煮 5倍粥	白身魚のペースト 10倍粥 小松菜と大豆のペースト さつまいものペースト 野菜スープ
12	水	ハンバーグ 人参の甘煮 ブロッコリーサラダ 野菜のコンソメスープ オレンジ ◎牛乳 パナナ ◎牛乳 ビスケット	チキンハンバーグ 人参の甘煮 ブロッコリーとキャベツのコンソメ煮 野菜スープ 軟飯~全粥	チキンハンバーグ 人参の甘煮 ブロッコリーとキャベツのコンソメ煮 野菜スープ 5倍粥	豆腐とたまねぎのペースト 人参とブロッコリーのペースト 野菜スープ 10倍粥
13	木	鮭のホイル焼き マカロニサラダ じゃが芋の味噌汁 グレープフルーツ ◎牛乳 コーンフレーク ◎お茶 豆腐ドーナツ	鮭のチャンチャン焼き 軟飯~全粥 マカロニとキャベツの煮物 じゃがいもの味噌汁 ◎お茶 みかん	鮭のチャンチャン焼き 5倍粥 マカロニとキャベツの煮物 じゃがいもの味噌汁 ◎お茶 みかん	鮭と野菜の煮物 マカロニとキャベツの柔か煮 野菜スープ 10倍粥
14	金	揚げ餃子 伴三糸 わかめ中華スープ パナナ ◎牛乳 かりんとう ○牛乳 塩せんべい	水餃子 春雨と野菜の柔か煮 玉ねぎスープ さつまいもの甘煮 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ	水餃子 春雨と野菜の柔か煮 玉ねぎスープ さつまいもの甘煮 5倍粥 ◎お茶 パナナ	白身魚のペースト 野菜スープ 人参とキャベツのペースト さつまいものペースト 10倍粥
15	土	牛乳 カステラ			
17	月	みるくパスタ ポイル野菜のオーロラソースかけ 白菜のコンソメスープ パナナ ◎牛乳 米菓子 ○牛乳 豆乳クッキー	ポトフ 野菜とツナの煮物 柔かパスタ 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ	ポトフ 野菜とツナの煮物 柔かパスタ 5倍粥	キャベツと玉ねぎのペースト ブロッコリーと人参のペースト 10倍粥 野菜スープ
18	火	コロッケ キャベツのドレッシングサラダ 白菜の味噌汁 いちご ◎牛乳 ビスケット ◎牛乳 蒸しパン	じゃがいものそぼろ煮 軟飯~全粥 キャベツと人参のコンソメ煮 白菜の味噌汁 ◎お茶 せんべい	じゃがいものそぼろ煮 (鶏ミンチ) キャベツと人参のコンソメ煮 白菜スープ 5倍粥	じゃがいもとさつまいものペースト キャベツと人参のペースト 白菜スープ 10倍粥
19	水	白身魚のグラタン ひじきふりかけ ビーンズサラダ 麩のすまし汁 みかん ◎牛乳 クラッカー ◎牛乳 マカロニあべかわ	白身魚のグラタン ひじき粥 大豆と人参の煮物 麩のすまし汁 ◎お茶 みかん	白身魚のグラタン ひじき粥 大豆と人参の柔か煮 麩のすまし汁	白身魚のペースト 大豆と人参のペースト ひじき粥 野菜スープ
20	金	ミートボールの甘辛煮 甘煮豆 キャベツとちくわの酢の物 卵スープ オレンジ ◎牛乳 ミレービスケット ◎お茶 おにぎり	じゃがいものそぼろ煮 甘煮豆 キャベツとひじきの煮物 軟飯~全粥 玉ねぎのスープ ◎お茶 オレンジ	煮魚 じゃがいもの旨煮 煮豆 キャベツとひじきの煮物 玉ねぎのスープ 5倍粥	白身魚のペースト 金時豆のペースト じゃがいもと人参の煮物 野菜スープ 10倍粥
21	金	ジュシーチキンのアップルソースかけ トナカイのクリスマス ナポリタンスパゲティ ブロッコリーサラダ じゃが芋のスープ いちご ◎飲むヨーグルト サブレ ◎牛乳 クリスマスプリン	ベーコンリゾット 湯むきトマト ゆでブロッコリー 人参グラッセ マッシュポテト 豆腐スープ ◎お茶 いちご	ベーコンリゾット 湯むきトマト ゆでブロッコリー 人参グラッセ マッシュポテト 豆腐スープ	トマトとブロッコリーのペースト 人参とじゃがいものペースト 豆腐のペースト 野菜スープ 10倍粥
22	土	牛乳 せんべい			
25	火	天ぷらうどん お魚ふりかけ みかん ほうれん草のごま和え ポイルウインナー ◎牛乳 クラッカー ◎牛乳 あんぱん	煮込みうどん しらす粥 ほうれん草と豆腐の柔か煮 ◎お茶 みかん	煮込みうどん しらす粥 ほうれん草と豆腐の柔か煮	ほうれん草と小松菜のペースト 豆腐と人参のペースト 野菜スープ しらす粥
26	水	焼鯖 ポイルキャベツ ひじきの炒め煮 冬野菜のクリームシチュー パナナ ◎牛乳 スティックパン ◎お茶 ヨーグルト	赤魚の味噌煮 具だくさん野菜スープ キャベツとひじきの柔か煮 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ	赤魚の味噌煮 具だくさん野菜スープ キャベツとひじきの柔か煮 5倍粥	赤魚のペースト キャベツとひじきのペースト 具だくさん野菜スープ 10倍粥
27	木	大根の中華風煮 ブロッコリーのおかか和え なめこ汁 グレープフルーツ ◎牛乳 パナナ ○牛乳 ホットケーキ	大根とカラスカレイの煮物 柔かブロッコリーと人参 豆腐の味噌汁 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ	大根とカラスカレイの煮物 柔かブロッコリーと人参 豆腐の味噌汁 5倍粥	カレイと大根のペースト 10倍粥 ブロッコリーと人参のペースト 豆腐のペースト 野菜スープ
28	金	チキンカレー かぼちゃのココロサラダ キャラクターチーズ りんご ◎牛乳 あられ ○牛乳 カルシウムせんべい	鮭のムニエル かぼちゃの旨煮 キャベツのコンソメ煮 大根の味噌汁 軟飯~全粥 ◎お茶 りんご	ほぐし鮭 かぼちゃの旨煮 キャベツのコンソメ煮 大根の味噌汁 5倍粥	鮭のペースト かぼちゃのペースト キャベツと大根のペースト 野菜スープ 10倍粥