

令和 3年

12月 離乳食献立

	曜	献立	材料
1	水	・お粥、軟飯 ・大根スープ ・豆腐ハンバーグ ・スティック人参	米 大根・玉ねぎ・人参 ひじき・鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ 人参
2	木	・お粥、軟飯 ・ちんげん菜スープ ・鮭のほぐし煮 ・わかめの和え物	米 ちんげん菜・玉ねぎ・人参 鮭 わかめ・人参・きゅうり
3	金	・お粥、軟飯 ・さつまいもスープ ・しらすのおやき ・ブロッコリーのとろみ煮	米 さつまいも・玉ねぎ しらす・じゃがいも・人参 ブロッコリー
6	月	・お粥、軟飯 ・あんかけうどん ・炒り豆腐風 ・かぼちゃの甘煮	米 うどん・玉ねぎ・人参 豆腐・ほうれん草・人参 かぼちゃ
7	火	・お粥、軟飯 ・根菜スープ ・白身魚のほぐし煮 ・人参の和え物	米 さつまいも・大根・人参 白身魚 人参・きゅうり
8	水	・お粥、軟飯 ・かぼちゃスープ ・ささみと白菜の炊き合わせ ・ひじきの和え物	米 かぼちゃ ささみ・白菜・人参 ひじき・キャベツ・大根
9	木	・お粥、軟飯 ・白菜スープ ・鮭のほぐし煮 ・マッシュさつまいも・かぼちゃ	米 白菜・玉ねぎ・人参 鮭・玉ねぎ さつまいも・かぼちゃ
10	金	・お粥、軟飯 ・人参スープ ・じゃがいものそぼろあん ・ほうれん草の和え物	米 人参・玉ねぎ 鶏ひき肉・じゃがいも・玉ねぎ ほうれん草・人参
11	土	・お粥、軟飯 ・大根スープ ・白身魚のほぐし煮 ・キャベツの和え物	米 じゃがいも・大根・人参 白身魚 キャベツ・人参
13	月	・お粥、軟飯 ・豆乳スープ ・さつまいものおやき ・マカロニの和え物	米 じゃがいも・玉ねぎ・人参 しらす・さつまいも・ブロッコリー マカロニ・白菜・人参
14	火	・お粥、軟飯 ・豆腐スープ ・鮭のほぐし煮 ・じゃがいものトロトロ煮	米 豆腐・白菜・人参 鮭 じゃがいも・人参・玉ねぎ
15	水	・お粥、軟飯 ・マカロニスープ ・おやき ・型抜き野菜	米・ささみ・ほうれん草 マカロニ・人参・大根・キャベツ じゃがいも・ブロッコリー 人参・きゅうり
16	木	・お粥、軟飯 ・トマトスープ ・八宝菜風 ・ちんげん菜の和え物	米 トマト・玉ねぎ ささみ・白菜・玉ねぎ・人参 ちんげん菜・人参

令和 3年

12月 離乳食献立

	曜	献立	材料
17	金	・お粥、軟飯 ・かぼちゃスープ ・肉団子 ・マッシュポテト	米・鮭 かぼちゃ・玉ねぎ ささみ・玉ねぎ・人参 じゃがいも・きゅうり・人参
18	土	・お粥、軟飯 ・豆腐汁 ・白身魚のほぐし煮 ・きゅうりの和え物	米 豆腐・人参・じゃがいも 白身魚 きゅうり・人参
20	月	・お粥、軟飯 ・そうめん汁 ・しらすのとろみ煮 ・白菜の和え物	米 そうめん(ほうれん草)・白菜 しらす・キャベツ・人参 白菜・人参
21	火	・お粥、軟飯 ・玉ねぎスープ ・鮭のほぐし煮 ・ほうれん草の和え物	米 玉ねぎ・人参 鮭 ほうれん草・人参
22	水	・お粥、軟飯 ・キャベツスープ ・豆腐と小松菜の炊き合わせ ・かぼちゃの甘煮	米 キャベツ・人参 豆腐・玉ねぎ・小松菜 かぼちゃ
23	木	・お粥、軟飯 ・大根スープ ・さつまいものおやき ・ひじきの和え物	米 大根・人参 鶏ひき肉・さつまいも ひじき・人参・大根
24	金	・お粥、軟飯 ・小松菜スープ ・ささみの野菜あんかけ ・マッシュさつまいも	米 小松菜・玉ねぎ・人参 ささみ・玉ねぎ・人参・小松菜 さつまいも
25	土	・お粥、軟飯 ・ほうれん草スープ ・大根のそぼろ煮 ・こふきいも	米 ほうれん草・玉ねぎ 鶏ひき肉・大根・人参 じゃがいも
27	月	・お粥、軟飯 ・うどん ・白身魚のほぐし煮 ・しらすと人参のとろみ煮	米 うどん・玉ねぎ・人参 白身魚 しらす・人参・ほうれん草
28	火	・お粥、軟飯 ・かぼちゃスープ ・鮭のほぐし煮 ・大根の和え物	米 かぼちゃ・玉ねぎ 鮭・玉ねぎ 大根・きゅうり・人参