

# 12月



## 離乳食メニュー



認定こども園

七飯ほんちょう保育園

日付	完了期	後期	中期	初期
1月	牛乳 ごはん みそ汁(だいこん・えのき) 擬製豆腐 ほうれん草のサラダ キウイフルーツ 牛乳 ぶどうゼリー	軟飯 みそ汁(だいこん・えのき) ぎせい擬腐 ほうれん草のあえもの キウイフルーツ きなこおにぎり	ミルク 全がゆ 大根のだし汁 豆腐のとうとう煮 ほうれん草のやわらか煮 キウイフルーツ	ミルク 10倍がゆ 豆腐のとうとう煮 ほうれん草のやわらか煮 くだもの
2火	牛乳 ごはん みそ汁(キャベツ・コーン) 鮭のごま焼き きゅうりとチーズの酢の物 オレンジ 牛乳 黒糖蒸しパン	軟飯 みそ汁(キャベツ・コーン) 鮭のやわらか煮 きゅうりとチーズのあえもの オレンジ 蒸しパン	ミルク 全がゆ キャベツのだし汁 鮭のやわらか煮 きゅうりのとうとう煮 オレンジ	ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 きゅうりのとうとう煮 オレンジ 
3水	牛乳 キッズビビンバ わかめスープ バナナ 牛乳 パンプティング	キッズビビンバ風ごはん わかめスープ バナナ パンプティング	ミルク 全がゆ ほうれん草のだし汁 鶏ささみと野菜のやわらか煮 バナナ	ミルク 10倍がゆ 白身魚と野菜のやわらか煮 バナナ
4木	牛乳 食パン 豆乳ポトフ ハンバーグ 白菜とハムのサラダ みかん缶 牛乳 マカロニのトマト煮	食パン 豆乳ポトフ 鶏団子のトマト煮 白菜のあえもの くだもの マカロニきなこ	ミルク パンがゆ じゃが芋の豆乳汁 鶏団子のトマト煮 白菜のとうとう煮 くだもの	ミルク パンがゆ 豆腐のトマト煮 白菜のとうとう煮 くだもの
5金	牛乳 ごはん 豚汁 さばの塩焼き 切干大根と里芋の旨煮 洋なし缶 牛乳 豆乳かんでん	軟飯 野菜のみそ汁 白身魚のやわらか煮 切干大根と里芋の旨煮 くだもの わかめおにぎり	ミルク 全がゆ 野菜のだし汁 白身魚のやわらか煮 里芋と人参のとうとう煮 くだもの	ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 人参のとうとう煮 くだもの
6土	牛乳 豆乳ココア ハヤシライス キャベツのベーコンドレッシング いちごジャムヨーグルト 牛乳 ピザトースト	ごはん ミルクシチュー キャベツのあえもの いちごヨーグルト ピザトースト	ミルク 全がゆ ミルクシチュー キャベツのやわらか煮 ヨーグルト	ミルク 10倍がゆ ミルクシチュー キャベツのやわらか煮 くだもの 
7日				
8月	牛乳 ごはん 石狩鍋風汁 厚揚げの炒め物 コロコロサラダ オレンジ 牛乳 ホットケーキ	軟飯 石狩鍋風汁 豆腐のやわらか煮 さつまいものあえもの オレンジ おかかおにぎり	ミルク 全がゆ 鮭と野菜のだし汁 豆腐のやわらか煮 さつまいものとうとう煮 オレンジ	ミルク 10倍がゆ 豆腐のやわらか煮 さつまいものとうとう煮 オレンジ
9火	牛乳 ごはん みそ汁(なす・玉ねぎ) 白身魚のネギチリソース 小松菜のごま和え バナナ 牛乳 ハムサンド	軟飯 みそ汁(なす・玉ねぎ) 白身魚とじゃが芋のトマト煮 こまつなのあえもの バナナ シュガートースト	ミルク 全がゆ なすと玉ねぎのだし汁 白身魚とじゃが芋のトマト煮 こまつなのとうとう煮 バナナ	ミルク 10倍がゆ 白身魚とじゃが芋のトマト煮 こまつなのとうとう煮 バナナ
10水	牛乳 鮭おにぎり きのこカレーうどん もも缶 牛乳 フルーチェ	軟飯 野菜うどん くだもの ジャムサンド	ミルク 野菜うどん くだもの	ミルク 野菜うどん くだもの
11木	牛乳 ロールパン コーンスープ ベーコンオムレツ ブロッコリーの三色サラダ キウイフルーツ 牛乳 じゃこおかかおにぎり	ロールパン コーンスープ オムレツ ブロッコリーのあえもの キウイフルーツ じゃこおかかおにぎり	ミルク パンがゆ 玉ねぎのだし汁 白身魚のやわらか煮 ブロッコリーのとうとう煮 キウイフルーツ	ミルク パンがゆ 白身魚のやわらか煮 ブロッコリーのとうとう煮 くだもの
12金	牛乳 ごはん けんちん汁 赤魚のみそ照り焼き きゅうりの華風サラダ パイン缶 牛乳 チーズいもち	軟飯 けんちん汁 白身魚のみそ煮 きゅうりのあえもの くだもの 蒸しじゃがいも	ミルク 全がゆ 豆腐と大根のだし汁 白身魚のとうとう煮 きゅうりのやわらか煮 くだもの	ミルク 10倍がゆ 白身魚のとうとう煮 きゅうりのやわらか煮 くだもの
13土				
14日				

日付	完了期	後期	中期	初期
15月	牛乳 ごはん 冬野菜のあったか汁 ひじき団子のあんかけ ほうれん草のおかか和え もも缶 牛乳 フルーツゼリー	軟飯 冬野菜のあったか汁 鶏団子のやわらか煮 ほうれん草のあえもの くだもの ひじきおにぎり	ミルク 全がゆ 大根と人参のだし汁 鶏団子のやわらか煮 ほうれん草のとろとろ煮 くだもの	ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 ほうれん草のとろとろ煮 くだもの
16火	牛乳 ごはん かぼちゃのほうとう風 ほっけの塩焼き キャベツの胡麻マヨネーズあえ オレンジ 牛乳 あんクリームコッペ	軟飯 かぼちゃのほうとう風 白身魚のやわらか煮 キャベツのあえもの オレンジ ジャムサンド	ミルク 全がゆ かぼちゃのだし汁 白身魚のやわらか煮 キャベツのとろとろ煮 オレンジ	ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 キャベツのとろとろ煮 オレンジ
17水	牛乳 キーマカレー きゅうりのツナサラダ フルーツポンチ 牛乳 ココアカップケーキ	軟飯 ミルクシチュー きゅうりあえもの バナナ 牛乳 蒸しパン	ミルク 全がゆ ミルクシチュー きゅうりのとろとろ煮 バナナ	ミルク 10倍がゆ ミルクシチュー きゅうりのとろとろ煮 バナナ
18木	牛乳 食パン きのこのスープ さけのコーンマヨ焼き ゆで野菜 洋なし缶 牛乳 昆布おにぎり	食パン きのこのスープ さけのやわらか煮 キャベツのあえもの くだもの ジャムサンド	ミルク パンがゆ 玉ねぎのだし汁 さけのやわらか煮 キャベツのとろとろ煮 くだもの	ミルク パンがゆ 豆腐のやわらか煮 キャベツのとろとろ煮 くだもの
19金	牛乳 おもち けんちんうどん みかん 牛乳 さつま芋のガレット	野菜うどん 鶏ささ身のやわらか煮 みかん さつまいもの甘煮	ミルク 野菜うどん 鶏ささ身のやわらか煮 みかん	ミルク 野菜うどん 豆腐のやわらか煮 みかん
20土	牛乳 豆乳ココア ホワイトシチューライス ほうれん草のツナ和え キウイフルーツ 牛乳 ごまトースト	軟飯 ミルクシチュー ほうれん草のツナ和え キウイフルーツ シュガートースト	軟飯 ミルクシチュー ほうれん草のやわらか煮 キウイフルーツ	ミルク 10倍がゆ ミルクシチュー ほうれん草のやわらか煮 くだもの 
21日				
22月	牛乳 ごはん みそ汁(切干しだいこん・玉ねぎ) 肉じゃが いんげんのごまあえ パイン缶 牛乳 マカロニきな粉	軟飯 みそ汁(切干しだいこん・玉ねぎ) 肉じゃが いんげんのツナあえ くだもの マカロニきな粉	ミルク 全がゆ 玉ねぎのだし汁 じゃがいものとろとろ煮 人参のやわらか煮 バナナ	ミルク 10倍がゆ じゃがいものとろとろ煮 人参のやわらか煮 バナナ
23火	牛乳 ごはん みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) 赤魚の照り焼き ほうれん草の白あえ オレンジ 牛乳 バナナヨーグルト	軟飯 みそ汁(かぼちゃ・ねぎ) 白身魚のやわらか煮 ほうれん草の白あえ オレンジ バナナヨーグルト	ミルク 全がゆ かぼちゃのだし汁 白身魚のやわらか煮 ほうれん草と人参のとろとろ煮 オレンジ	ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 ほうれん草と人参のとろとろ煮 オレンジ
24水	牛乳 わかめおにぎり ソース焼きそば たまごスープ キウイフルーツ 牛乳 おからチーズドーナッツ	軟飯 野菜うどん たまごスープ キウイフルーツ チーズ蒸しパン	ミルク 野菜うどん 人参のだし汁 キウイフルーツ	ミルク 野菜うどん くだもの 
25木	牛乳 クリスマスグラタン チキンライス 野菜スープ ハンバーグ マセドアンサラダ 洋なし缶 牛乳 クリスマスケーキ	グラタン風 チキンライス 野菜スープ 鶏ささみのやわらか煮 蒸しじゃがいも くだもの クリスマスケーキ風	ミルク 全粥 ほうれん草のだし汁 鶏ささみのやわらか煮 じゃがいものとろとろ煮 くだもの	ミルク 10倍がゆ 豆腐のやわらか煮 じゃがいものとろとろ煮 くだもの
26金	牛乳 ごはん みそ汁(さつま芋・ねぎ) 白身魚のムニエル のりマヨサラダ(キャベツ) バナナ 牛乳シュガーラスク	軟飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) 白身魚のやわらか煮 キャベツときゅうりののりあえ バナナ ジャムサンド	ミルク 全がゆ さつま芋のだし汁 白身魚のやわらか煮 キャベツときゅうりのとろとろ煮 バナナ	ミルク 10倍がゆ 白身魚のやわらか煮 キャベツときゅうりのとろとろ煮 バナナ
27土	牛乳 豆乳ココア カレーライス わかめスープ フルーツカクテル 牛乳 ツナパン	軟飯 ミルクシチュー わかめスープ キウイフルーツ ツナトースト	ミルク 全がゆ ミルクシチュー キャベツのだし汁 キウイフルーツ	ミルク 10倍がゆ ミルクシチュー キャベツのとろとろ煮 くだもの
28日				
29月	〈年末休園日〉			
30火	〈年末休園日〉			
31水	〈年末休園日〉			