

2016年(平成28年度)

12月離乳食献立



14日 お弁当の日★
16日 お誕生日会★

くげにし保育園(922-0007)

主 食	軟飯		ごはん		材料・調味料	おやつ
	90g		70g			
1	木	白身魚甘酢あんかけ すまし汁 ほうれん草の煮物	ごはん 白身魚の甘酢あんかけ ほうれん草のサラダ もやしスープ	米 白身魚 玉ねぎ 人参 ビーマン しいたけ ほうれん草 コーン ツナ もやし わかめ チーズ 焼きそば キャベツ 豚肉 砂糖 しょうゆ す けチャップ マヨネーズ ソース	★手作りおやつ★ 【焼きそば・お茶】	
2	金	ハヤシライス風 すまし汁 キャベツと豆腐の煮物	カレーライス えのきのごま和え 果物 豆腐の中華スープ	米 牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ 人参 しいたけ かまぼこ えのき キャベツ きゅうり パイン缶 牛乳 カレールウ 砂糖 しょうゆ ソース けチャップ ごま	ビスケット ラムネ 牛乳	
3	土	高野豆腐の卵とじ すまし汁 わかめと人参の煮物	わかめご飯 高野豆腐の卵とじ じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	米 わかめ 玉ねぎ 人参 高野豆腐 卵 じゃが芋 牛乳 しょうゆ みりん 砂糖 みそ	おせんべい ラムネ	
5	月	豚肉の野菜炒め コンスープ きゅうりと人参の煮物	ごはん 豚肉の生姜焼き 油揚げの酢の物 コンスープ	米 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 生姜 油揚げ きゅうり コーンクリーム缶 ベーコン 豚ミンチ 長芋 チーズ 小麦粉 青のり 卵 しょうゆ 砂糖 みりん 牛乳 す ソース マヨネーズ	★手作りおやつ★ 【お好み焼・お茶】	
6	火	白菜と豚肉の煮物 すまし汁 マカロニと大きなこの煮物	ごはん コロッケ マカロニサラダ 豚汁	米 コロッケ マカロニ キャベツ きゅうり 人参 豚肉 白菜 大根 果物 牛乳 しょうゆ みそ す マヨネーズ	★手作りおやつ★ 【果物・牛乳】	
7	水	大根の煮物 すうどん かぼちゃの煮物	ごはん きつねうどん チーズ 大根サラダ かぼちゃの煮物	米 すうどん 油揚げ 卵 チーズ 大根 きゅうり 人参 じゃこ かぼちゃ 牛乳 しょうゆ 砂糖 みりん す ごま油	ビスケット ラムネ 牛乳	
8	木	スパゲティのトマト煮 卵汁 さつま芋とキャベツの煮物	ごはん イタリアスパゲティ ミートボール ポテトサラダ 卵汁	米 スパゲティ 玉ねぎ 人参 ベーコン ミートボール じゃが芋 きゅうり キャベツ 卵 食パン 牛乳 けチャップ しょうゆ 砂糖 しお す	★手作りおやつ★ 【フレンチトースト・牛乳】	
9	金	ハヤシライス風 すまし汁 春雨と人参の煮物	カレーライス ツナサラダ 果物 春雨スープ	米 牛ミンチ じゃが芋 玉ねぎ 人参 ツナ キャベツ きゅうり 春雨 わかめ パイン缶 牛乳 けチャップ しょうゆ 砂糖 カレールウ す	おせんべい ラムネ 牛乳	
10	土	おふとブロックの煮物 すまし汁 ほうれん草の煮物	チャーハン 卵の酢の物 おふとわかめのみそ汁	米 ベーコン 玉ねぎ 人参 卵 キャベツ きゅうり おふ わかめ 牛乳 しお しょうゆ 砂糖 す みそ	ビスケット ラムネ 牛乳	
12	月	マーボー豆腐風 すまし汁 キャベツと人参の煮物	ごはん マーボー豆腐 じゃこ酢の物 さつま揚げのみそ汁	米 豆腐 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 生姜 じゃこ キャベツ きゅうり さつま揚げ 大根 チーズ ビーマン 蒸しパンの素 牛乳 しょうゆ 砂糖 す みそ	★手作りおやつ★ 【野菜の蒸しパン・牛乳】	
13	火	鶏肉の卵とじ すまし汁 白菜のあえ物	親子丼 白菜のごま酢和え 冬瓜のスープ	米 鶏もも 玉ねぎ 人参 卵 白菜 ほうれん草 冬瓜 えのき ウイナー ホットケーキの素 牛乳 しょうゆ 砂糖 す みそ ごま みりん	★手作りおやつ★ 【アメリカドック・牛乳】	
14	水	★お弁当の日★				おせんべい ラムネ 牛乳
15	木	白身魚甘酢あんかけ すまし汁 ほうれん草の煮物	ごはん 白身魚の甘酢あんかけ ほうれん草のサラダ もやしスープ	米 白身魚 玉ねぎ 人参 ビーマン しいたけ ほうれん草 コーン ツナ もやし わかめ チーズ 焼きそば キャベツ 豚肉 砂糖 しょうゆ す けチャップ マヨネーズ ソース	★手作りおやつ★ 【焼きそば・お茶】	
16	金	りんごのコンポート すまし汁 キャベツと豆腐のみそ煮	ちらし寿司 えのきのごま和え 豆腐のみそ汁	米 しいたけ かんぴょう 人参 えのき キャベツ きゅうり 豆腐 砂糖 しょうゆ みりん す ごま みそ	ビスケット ラムネ 牛乳	
17	土	★クリスマス会★				
19	月	豚肉の野菜炒め コンスープ きゅうりと人参の煮物	ごはん 豚肉の生姜焼き 油揚げの酢の物 コンスープ	米 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 生姜 油揚げ きゅうり コーンクリーム缶 ベーコン 豚ミンチ 長芋 チーズ 小麦粉 青のり 卵 しょうゆ 砂糖 みりん 牛乳 す ソース マヨネーズ	★手作りおやつ★ 【お好み焼・お茶】	
20	火	白菜と豚肉の煮物 すまし汁 マカロニと大きなこの煮物	ごはん コロッケ マカロニサラダ 豚汁	米 コロッケ マカロニ キャベツ きゅうり 人参 豚肉 白菜 大根 果物 牛乳 しょうゆ みそ す マヨネーズ	★手作りおやつ★ 【果物・牛乳】	
21	水	大根の煮物 すうどん かぼちゃの煮物	ごはん 肉うどん 大根サラダ かぼちゃの煮物	米 すうどん 牛肉 卵 大根 きゅうり 人参 じゃこ かぼちゃ 牛乳 しょうゆ 砂糖 みりん す ごま油	おせんべい ラムネ 牛乳	
22	木	スパゲティのトマト煮 卵汁 さつま芋とキャベツの煮物	ごはん イタリアスパゲティ ミートボール ポテトサラダ 卵汁	米 スパゲティ 玉ねぎ 人参 ベーコン ミートボール じゃが芋 きゅうり キャベツ 卵 食パン 牛乳 けチャップ しょうゆ 砂糖 しお す	★手作りおやつ★ 【フレンチトースト・牛乳】	
23	金	★天皇誕生日★				
24	土	おふとブロックの煮物 すまし汁 ほうれん草の煮物	チャーハン 卵の酢の物 おふとわかめのみそ汁	米 じゃこ 玉ねぎ 人参 卵 キャベツ きゅうり おふ わかめ 牛乳 しお しょうゆ 砂糖 す みそ	ビスケット ラムネ 牛乳	
26	月	マーボー豆腐風 すまし汁 キャベツと人参の煮物	ごはん マーボー豆腐 じゃこ酢の物 さつま揚げのみそ汁	米 豆腐 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 生姜 じゃこ キャベツ きゅうり さつま揚げ 大根 チーズ ビーマン 蒸しパンの素 牛乳 しょうゆ 砂糖 す みそ	★手作りおやつ★ 【野菜の蒸しパン・牛乳】	
27	火	鶏肉の卵とじ すまし汁 白菜のあえ物	親子丼 白菜のごま酢和え 野菜のみそ汁	米 鶏もも 玉ねぎ 人参 卵 白菜 ほうれん草 わかめ ウイナー ホットケーキの素 牛乳 しょうゆ 砂糖 す みそ ごま みりん	★手作りおやつ★ 【アメリカドック・牛乳】	
28	水	すうどん	きつねうどん	すうどん 油揚げ 卵 しょうゆ 砂糖 みりん	★午前保育★	
29	木	★年末休み★				
30	金	★年末休み★				
31	土	★年末休み★				

月齢はあくまでも目安で、調理形態・分量・献立内容は、一人一人の発達に応じて出しています。
アレルギーのある子には、代替食・除去食をだしています。
昆布だしを使って味付けしています。