



# 12月離乳食献立予定表



## 松寺こども園

日	曜	午前おやつ	後期(9～11ヶ月) 歯ぐきで潰せる固さ 全粥～軟飯	完了期(12～18ヶ月) 歯ぐきで噛める固さ 軟飯～御飯	午後おやつ	
1	月	せんべい 番茶	軟飯 豆腐ステーキあんかけ(木綿豆腐 豚挽肉 玉ねぎ) サラダ(南瓜 人参 マカロニ マヨドレ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴)	御飯 オムレツ(卵 玉ねぎ チーズ) サラダ(南瓜 人参 マカロニ マヨネーズ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴)	★ふかし芋 牛乳	
2	火	カステラ 番茶	軟飯 ハンバーグ(豚挽肉 パン粉) 煮物(さつま芋 人参 玉ねぎ)味噌汁(人参 キャベツ 玉ねぎ)	御飯 ハンバーグ(豚挽肉 パン粉) 煮物(さつま芋 人参 玉ねぎ) 味噌汁(人参 キャベツ 玉ねぎ)	バナナ 牛乳	
3	水	ボーロ 番茶	軟飯 魚の照り焼き スパゲティ炒め(人参 玉ねぎ スパゲティ) 味噌汁(玉ねぎ 人参 おつゆ麴 わかめ)	御飯 魚の照り焼き スパゲティ炒め(人参 玉ねぎ スパゲティ) 味噌汁(玉ねぎ 人参 おつゆ麴 わかめ)	せんべい クッキー 牛乳	
4	木	ウエハース 番茶	軟飯 ミートボール(鶏挽肉 パン粉) サラダ(人参 大根 キャベツ マヨドレ) 味噌汁(人参 キャベツ 玉ねぎ)	御飯 ミートボール(鶏挽肉 パン粉) サラダ(人参 大根 キャベツ マヨドレ) 味噌汁(人参 キャベツ 玉ねぎ)	フレンズスイーツ 牛乳	
5	金	クッキー 番茶	軟飯 ポトフ (人参 玉ねぎ じゃが芋 豚挽肉) 魚のゆかり焼き 和え物(人参 大根 白菜)	御飯 ポトフ (人参 玉ねぎ じゃが芋 豚挽肉) 魚のゆかり焼き 和え物(人参 大根 白菜)	ボーロ 牛乳	
6	土	ビスケット 番茶	軟飯 煮魚 サラダ(じゃが芋 人参 キャベツ マヨドレ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴)	御飯 煮魚 サラダ(じゃが芋 人参 キャベツ マヨドレ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴)	お菓子 番茶	
8	月	あられ 番茶	軟飯 ハンバーグ(豚挽肉 木綿豆腐 パン粉) サラダ(じゃが芋 人参 胡瓜 玉ねぎ マヨドレ) 味噌汁(人参 白菜 おつゆ麴)	御飯 ハンバーグ(豚挽肉 木綿豆腐 パン粉) サラダ(じゃが芋 人参 胡瓜 玉ねぎ マヨネーズ) 味噌汁(人参 白菜 おつゆ麴)	クッキー 牛乳	
9	火	カステラ 番茶	軟飯 炒り豆腐(人参 玉ねぎ 鶏挽肉 木綿豆腐) 和え物(人参 小松菜 もやし) スープ(人参 玉ねぎ 白菜)	御飯 炒り豆腐(人参 玉ねぎ 鶏挽肉 木綿豆腐) 和え物(人参 小松菜 もやし) スープ(人参 玉ねぎ 白菜)	フレンズスイーツ 牛乳	
10	水	バナナ 番茶	軟飯 魚のマヨドレ焼き ひじき煮(人参 ひじき 玉ねぎ) 味噌汁(人参 南瓜 玉ねぎ)	御飯 魚のマヨドレ焼き ひじき煮(人参 ひじき 玉ねぎ) 味噌汁(人参 南瓜 玉ねぎ)	ウエハース せんべい 牛乳	
11	木	せんべい 番茶	軟飯 豆腐ステーキ挽肉あんかけ(木綿豆腐 豚挽肉) スパゲティ炒め煮(スパゲティ 玉ねぎ 人参 さつま芋) 味噌汁(人参 白菜 おつゆ麴)	御飯 卵焼き スパゲティ炒め煮(スパゲティ 玉ねぎ 人参 さつま芋) 味噌汁(人参 白菜 おつゆ麴)	超熟ロール 牛乳	
12	金	ボーロ 番茶	軟飯 ミートボール煮(豚挽肉 パン粉) サラダ(人参 ブロッコリー 胡瓜 マヨドレ) 味噌汁(人参 もやし 玉ねぎ わかめ)	御飯 ミートボール煮(豚挽肉 パン粉) サラダ(人参 ブロッコリー 胡瓜 マヨネーズ) 味噌汁(人参 もやし 玉ねぎ わかめ)	ウエハース せんべい 牛乳	
13	土	クッキー 番茶	キャロットがゆ(人参 玉ねぎ カラスカレ) スープ(人参 玉ねぎ じゃが芋)	お弁当の日(満1歳からお弁当持参となります)		お菓子 番茶
15	月	ビスケット 番茶	軟飯 ハンバーグ(鶏挽肉 パン粉) ツナ和え(人参 キャベツ まぐろ油漬け マカロニ マヨドレ) 味噌汁(人参 もやし 絹豆腐)	御飯 ハンバーグ(鶏挽肉 パン粉) ツナ和え(人参 キャベツ まぐろ油漬け マカロニ マヨネーズ) 味噌汁(人参 もやし 絹豆腐)	ボーロ 牛乳	
16	火	あられ 番茶	軟飯 豆腐ステーキあんかけ(木綿豆腐 豚挽肉 玉ねぎ) サラダ(南瓜 人参 マカロニ マヨドレ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴)	御飯 オムレツ(卵 玉ねぎ チーズ) サラダ(南瓜 人参 マカロニ マヨネーズ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴)	クッキー せんべい 牛乳	
17	水	バナナ 番茶	軟飯 ミートボール(豚挽肉 パン粉) 煮物(さつま芋 人参 玉ねぎ) 味噌汁(人参 キャベツ 玉ねぎ)	御飯 ミートボール(豚挽肉 パン粉) 煮物(さつま芋 人参 玉ねぎ) 味噌汁(人参 キャベツ 玉ねぎ)	フレンズスイーツ 牛乳	
18	木	ウエハース 番茶	軟飯 ハンバーグ(鶏挽肉 パン粉) サラダ(人参 大根 キャベツ マヨドレ) 味噌汁(人参 キャベツ 玉ねぎ)	御飯 ハンバーグ(鶏挽肉 パン粉) サラダ(人参 大根 キャベツ マヨドレ) 味噌汁(人参 キャベツ 玉ねぎ)	ボーロ 牛乳	
19	金	せんべい 番茶	軟飯 ポトフ (人参 玉ねぎ じゃが芋 豚挽肉) 魚のゆかり焼き 和え物(人参 大根 白菜)	御飯 ポトフ (人参 玉ねぎ じゃが芋 豚挽肉) 魚のゆかり焼き 和え物(人参 大根 白菜)	クッキー 牛乳	
20	土	ボーロ 番茶	軟飯 煮魚 和え物(キャベツ 人参 もやし マヨドレ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴) バナナ	御飯 煮魚 和え物(キャベツ 人参 もやし マヨドレ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴) バナナ	お菓子 番茶	
22	月	ビスケット 番茶	軟飯 ハンバーグ(豚挽肉 木綿豆腐 パン粉) サラダ(南瓜 人参 胡瓜 玉ねぎ マヨドレ) 味噌汁(人参 白菜 おつゆ麴)	御飯 ハンバーグ(豚挽肉 木綿豆腐 パン粉) サラダ(南瓜 人参 胡瓜 玉ねぎ マヨネーズ) 味噌汁(人参 白菜 おつゆ麴)	せんべい 牛乳	
23	火	カステラ 番茶	軟飯 炒り豆腐(人参 玉ねぎ 鶏挽肉 木綿豆腐) 和え物(人参 小松菜 もやし) スープ(人参 玉ねぎ 白菜)	御飯 炒り豆腐(人参 玉ねぎ 鶏挽肉 木綿豆腐) 和え物(人参 小松菜 もやし) スープ(人参 玉ねぎ 白菜)	フレンズスイーツ 牛乳	
24	水	バナナ 番茶	軟飯 豆腐ステーキ挽肉あんかけ(木綿豆腐 豚挽肉) スパゲティ炒め煮(スパゲティ 玉ねぎ 人参 さつま芋) 味噌汁(人参 白菜 おつゆ麴)	御飯 豆腐ステーキ挽肉あんかけ(木綿豆腐 豚挽肉) スパゲティ炒め煮(スパゲティ 玉ねぎ 人参 さつま芋) 味噌汁(人参 白菜 おつゆ麴)	ウエハース せんべい 牛乳	
25	木	あられ 番茶	御飯 ハンバーグ(鶏挽肉 パン粉) サラダ(じゃが芋 人参 ブロッコリー 赤ピーマン マヨドレ) 味噌汁(人参 玉ねぎ 味噌)	御飯 ハンバーグ(鶏挽肉 パン粉) サラダ(じゃが芋 人参 ブロッコリー 赤ピーマン マヨネーズ) 味噌汁(人参 玉ねぎ 味噌)	クッキー 牛乳	
26	金	せんべい 番茶	軟飯 ミートボール煮(豚挽肉 パン粉) サラダ(人参 ブロッコリー 胡瓜 マヨドレ) 味噌汁(人参 もやし 玉ねぎ わかめ)	御飯 ミートボール煮(豚挽肉 パン粉) サラダ(人参 ブロッコリー 胡瓜 マヨドレ) 味噌汁(人参 もやし 玉ねぎ わかめ)	フレンズスイーツ 牛乳	
27	土	ウエハース 番茶	軟飯 煮魚 和え物(人参 さつま芋 白菜 マヨドレ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴)	御飯 煮魚 和え物(人参 さつま芋 白菜 マヨドレ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴)	お菓子 番茶	

※1歳からおやつがスタートします。0歳児は離乳食の進捗具合や食事内容を検討しながら、おやつ内容や量を決めていきますので、献立予定表の限りではありません。後期食の魚は、カレイを使用します  
★は手作りおやつです。マヨドレは卵不使用のマヨネーズ仕様調味料です。  
また、材料の都合により献立内容を変更することがあります。