

# 12月の予定献立表（完了離乳食：12ヶ月～）



日 曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ）			10時おやつ		日 曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ）			10時おやつ	
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3時おやつ				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3時おやつ	
2 （月）	ごはん 炒り豆腐 里芋の煮物 チンゲンサイのスープ	米、さといも、食パン	牛乳、豆腐、しらす	チンゲン菜、にんじん、ほうれん草、たまねぎ、あおのり	牛乳 ウエハース 牛乳 じゃこトースト		19 （木）	ごはん ツナじゃが ゆでブロッコリー 野菜スープ	米、じゃがいも	牛乳、ツナ、ヨーグルト	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、いちご、チンゲン菜	牛乳 マンナビスケット ほうじ茶 ヨーグルトあえ（いちご）	
3 （火）	ごはん さけのそぼろ煮 小松菜ともやしのとえ物 はくさいのみそ汁	米	ヨーグルト、さけ、牛乳	バナナ、こまつな、はくさい、たまねぎ、にんじん、もやし	牛乳 お子様せんべい ほうじ茶 バナナヨーグルト		20 （金）	ごはん マーボー大根 にんじんととえ物 玉ねぎのスープ	米	牛乳、鶏肉	たまねぎ、だいごん、にんじん、ほうれん草	牛乳 お子様せんべい 牛乳 にんじんとさつまいものビスケット	
4 （水）	ごはん 鶏肉と野菜の煮物 ほうれん草のツナ和え キャベツみそ汁	米	牛乳、鶏肉、豆腐、豚肉、ツナ	ほうれん草、にんじん、キャベツ、にら、いんげん	牛乳 やさいビスケット 牛乳 にらのチヂミ		21 （土）	ごはん 豚肉と玉ねぎのソテー チンゲンサイのお浸し【一酸刻み】 キャベツのみそ汁	米	牛乳、豚肉	たまねぎ、もやし、キャベツ、チンゲン菜、にんじん	牛乳 ウエハース 牛乳 お子様せんべい	
5 （木）	わかめごはん さわらのもやしあんかけ ゆでさつまいも 大根のみそ汁	米、さつまいも	牛乳、さわら、しらす、かつお節	もやし、だいごん、たまねぎ、にんじん、ねぎ、わかめ	牛乳 マンナビスケット 牛乳 おにぎり（しらす・ねぎ）		23 （月）	ごはん さばの塩焼き 炒り豆腐 温麺汁	米、そうめん	さば、豆腐、鶏肉、豆乳、牛乳	にんじん、かぼちゃ、ほうれん草	牛乳 ウエハース 豆乳 南瓜の甘煮	
6 （金）	ごはん 豚そぼろケチャップあんかけ ほうれん草のナムル 豆腐スープ	米	牛乳、豚肉、豆腐、豆乳	ほうれん草、たまねぎ、ピーマン、にんじん、ブロッコリー	牛乳 お子様せんべい 牛乳 蒸しパン		24 （火）	ごはん 肉団子 チンゲン菜のとりみ炒め かぼちゃのみそ汁	さつまいも、米	牛乳、鶏肉	たまねぎ、チンゲン菜、かぼちゃ、にんじん	牛乳 お子様せんべい 牛乳 ふかし芋	
7 （土）	鶏そぼろ丼 ゆでブロッコリー かぶのみそ汁	米	牛乳、鶏肉	にんじん、たまねぎ、かぶ、ブロッコリー	牛乳 ウエハース 牛乳 マンナビスケット		25 （水）	ごはん ツナのトマト煮 キャベツのお浸し みそ汁	米、じゃがいも、マカロニ	牛乳、ツナ、豆腐、きな粉	キャベツ、たまねぎ、トマト、ほうれん草、にんじん	牛乳 やさいビスケット 牛乳 マカロニきな粉	
9 （月）	ごはん かつお野菜あんかけ ほうれん草の煮浸し 小松菜のみそ汁	米、じゃがいも	牛乳、かつお、豆乳	たまねぎ、こまつな、ほうれん草、にんじん、いんげん	牛乳 ウエハース 牛乳 じゃがいものパンケーキ		26 （木）	ごはん しらすの野菜あんかけ かぼちゃマッシュ 野菜スープ	米	牛乳、しらす	かぼちゃ、ブロッコリー、にんじん、ほうれん草	牛乳 マンナビスケット 牛乳 みそおにぎり	
10 （火）	ごはん 鶏団子のあんかけ キャベツときゅうりのサラダ チンゲンサイのスープ	米	牛乳、鶏肉、ヨーグルト	キャベツ、たまねぎ、チンゲン菜、きゅうり	牛乳 お子様せんべい ほうじ茶 ヨーグルト		27 （金）	ごはん 鶏肉と白菜のスープ かぼちゃサラダ こまつなのしらすあえ	米	牛乳、鶏肉、しらす	はくさい、かぼちゃ、こまつな、ブロッコリー	牛乳 お子様せんべい 牛乳 マンナウエハース	
11 （水）	ごはん さけのみそ煮 かぼちゃの甘煮 わかめのすまし汁	米、じゃがいも	牛乳、さけ、豆腐	かぼちゃ、キャベツ、にんじん、ねぎ、わかめ、あおのり	牛乳 やさいビスケット 牛乳 じゃがいもボール		28 （土）	ごはん ツナ煮 ほうれん草のおひたし わかめみそ汁	米	牛乳、ツナ、豆腐	ほうれん草、にんじん、たまねぎ、わかめ	牛乳 ウエハース ほうじ茶 せんべい	
12 （木）	ごはん 肉じゃが（鶏肉） きゅうりの酢の物 だいごんのみそ汁	米、じゃがいも	牛乳、鶏肉	きゅうり、たまねぎ、ほうれん草、だいごん、にんじん、みかん、いんげん、わかめ	牛乳 マンナビスケット 牛乳 小魚せんべい		30 （月）	年末休業					
13 （金）	ごはん かれいの煮つけ さつま芋の煮物 けんちん汁	米、サツマイモ、食パン、さといも	牛乳、かれい、豆腐	だいごん、にんじん、いんげん、イチゴ	牛乳 お子様せんべい 牛乳 いちごジャムサンド		31 （火）	年末休業					
14 （土）	かえてオペラ												
16 （月）	ごはん ツナと野菜の煮物 ほうれん草の納豆あえ みそ汁	米	牛乳、ツナ、納豆	ほうれん草、たまねぎ、にんじん、だいごん、バナナ	牛乳 ウエハース 牛乳 バナナ		<p>☆食材の都合により献立に変更が生じる場合があります。 変更の際は追って連絡致します。</p> <p>☆食材の形態はお子様の食事の進み具合にあわせて進めていきます。 新たに口にしたい食材がありましたら職員までお声掛けください。</p> 						
17 （火）	ごはん おでん風煮込み 野菜炒め わかめのみそ汁	米、さといも	牛乳、鶏肉、豆腐	もやし、だいごん、キャベツ、にんじん、かぼちゃ、ピーマン、わかめ	牛乳 お子様せんべい 牛乳 かぼちゃの豆腐パン								
18 （水）	ごはん 肉豆腐 ブロッコリーの和え物 みそ汁	米	牛乳、豆腐、鶏肉	たまねぎ、かぼちゃ、ほうれん草、にんじん、いんげん、ブロッコリー	牛乳 やさいビスケット 牛乳 かぼちゃ団子								



# 12月の予定献立表（後期離乳食：9～11ヶ月）



日 ／ 曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ）			10時おやつ 3時おやつ	日 ／ 曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ）			10時おやつ 3時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の腸子を整えるもの				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の腸子を整えるもの	
2 （月）	軟飯 炒り豆腐 里芋の煮物 野菜のスープ	米、さといも 食パン	豆腐、ミルク	チンゲン菜、ほうれん草 にんじん、たまねぎ	ミルク ウエハース ミルク パン粥	19 （木）	軟飯 ツナじゃが ゆでブロッコリー 野菜スープ	米、じゃがいも ツナ、ヨーグルト、 ミルク	いちご、にんじん ブロッコリー チンゲンサイ、たまねぎ	ミルク マンナビスケット ミルク ヨーグルトあえ（いちご）	
3 （火）	軟飯 さけのそぼろ煮 小松菜の煮浸し 野菜スープ	米	ヨーグルト さけ、ミルク	バナナ、こまつな、 はくさい、たまねぎ、 にんじん	ミルク 小魚せんべい ミルク バナナヨーグルト	20 （金）	軟飯 マーボー大根 にんじんの和え物 玉ねぎのスープ	米	鶏肉、ミルク	たまねぎ、だいこん、 にんじん、ほうれん草	ミルク ベビーせんべい ミルク マンナビスケット
4 （水）	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 ほうれん草のツナ和え 野菜スープ	米	鶏肉、豆腐、ツナ、 ミルク	ほうれん草、 にんじん、 キャベツ、いんげん	ミルク ウエハース ミルク 小魚せんべい	21 （土）	軟飯 豆腐と玉ねぎのソテー ほうれん草のお浸し 野菜スープ	米	豆腐、ミルク	たまねぎ、キャベツ、 ほうれん草、にんじん	ミルク マンナビスケット ミルク ベビーせんべい
5 （木）	軟飯 しらすの野菜あんかけ ゆでさつまいも 野菜スープ	米、さつまいも	しらす、ミルク	にんじん、だいこん、 たまねぎ	ミルク マンナビスケット ミルク おじや	23 （月）	軟飯 かれいの塩焼き 炒り豆腐 温麺汁	米、温麺	かれい、豆腐、 鶏肉、ミルク	にんじん、かぼちゃ、 ほうれん草	ミルク ウエハース ミルク 南瓜の甘煮
6 （金）	軟飯 鶏そぼろあんかけ ほうれん草の煮浸し 豆腐スープ	米	鶏肉、豆腐、ミルク	ほうれん草、 たまねぎ、 ブロッコリー、にんじん	ミルク ベビーせんべい ミルク マンナビスケット	24 （火）	軟飯 肉団子 チンゲン菜のとろみ炒め かぼちゃのみそ汁	さつまいも、米	鶏肉、ミルク	たまねぎ、チンゲン菜、 かぼちゃ、にんじん	ミルク 小魚せんべい ミルク ふかし芋
7 （土）	軟飯 鶏そぼろ ゆでブロッコリー 野菜スープ	米	鶏肉、ミルク	にんじん、たまねぎ、 ブロッコリー、かぶ	ミルク マンナビスケット ミルク 小魚せんべい	25 （水）	軟飯 ツナのトマト煮 キャベツのお浸し 豆腐スープ	米、じゃがいも マカロニ	ツナ、豆腐、きな粉 ミルク	キャベツ、たまねぎ、 トマト、ほうれん草、 にんじん	ミルク ウエハース ミルク マカロニきな粉煮
9 （月）	軟飯 かつお野菜あんかけ ほうれん草の煮浸し 野菜スープ	じゃがいも、米	かつお、ミルク	たまねぎ、こまつな、 ほうれん草、にんじん、 いんげん	ミルク ウエハース ミルク じゃがいもマッシュ	26 （木）	軟飯 しらすの野菜あんかけ かぼちゃマッシュ 野菜スープ	米	しらす、ミルク	かぼちゃ、 ブロッコリー、 にんじん、ほうれん草	ミルク マンナビスケット ミルク みそおじや
10 （火）	軟飯 鶏団子のあんかけ ゆでキャベツ チンゲンサイのスープ	米	鶏肉、ヨーグルト、 ミルク	キャベツ、たまねぎ、 チンゲンサイ	ミルク 小魚せんべい ミルク ヨーグルト	27 （金）	軟飯 鶏肉と白菜のスープ かぼちゃサラダ こまつなのしらすあえ	米	鶏肉、しらす、 ミルク	かぼちゃ、はくさい、 こまつな、ブロッコリー	ミルク ベビーせんべい ミルク マンナウエハース
11 （水）	軟飯 さけのみそ煮 かぼちゃの甘煮 野菜スープ	じゃがいも、米	さけ、豆腐、ミルク	かぼちゃ、キャベツ、 にんじん、 ブロッコリー、 あおのり	ミルク ウエハース ミルク じゃがいもボール	28 （土）	軟飯 ツナ煮 ほうれん草のおひたし 野菜スープ	米	ツナ、豆腐、ミルク	ほうれん草、にんじん たまねぎ	ミルク マンナビスケット ミルク 小魚せんべい
12 （木）	軟飯 肉じゃが（鶏肉） ゆでブロッコリー 野菜スープ	じゃがいも、米	鶏肉、ミルク	たまねぎ、ほうれん草、 だいこん、にんじん、 ブロッコリー、いんげん	ミルク マンナビスケット ミルク 小魚せんべい	30 （月）	年末休業				
13 （金）	軟飯 かれいの煮つけ さつま芋の煮物 けんちん汁	米、さつまいも、 食パン、さといも	かれい、豆腐、 ミルク	だいこん、にんじん、 いんげん	ミルク ベビーせんべい ミルク パン粥	31 （火）	年末休業				
14 （土）											
16 （月）	軟飯 ツナと野菜の煮物 ほうれん草の煮浸し 野菜スープ	米	ツナ、ミルク	バナナ、ほうれん草、 たまねぎ、にんじん、 だいこん	ミルク ウエハース ミルク バナナ	<p>☆食材の都合により献立に変更が生じる場合があります。 変更の際は追って連絡致します。</p> <p>☆食材の形態はお子様の食事の進み具合にあわせて進めていきます。 新たに口にした食材がありましたら職員までお声掛けください。</p>					
17 （火）	軟飯 おでん風煮込み キャベツの和え物 野菜スープ	米、さといも	鶏肉、豆腐、ミルク	キャベツ、だいこん、 にんじん、かぼちゃ	ミルク 小魚せんべい ミルク かぼちゃの豆腐煮						
18 （水）	軟飯 肉豆腐 ブロッコリーの和え物 野菜スープ	米	鶏肉、豆腐、ミルク	たまねぎ、かぼちゃ、 ほうれん草、にんじん、 ブロッコリー、いんげん	ミルク ウエハース ミルク かぼちゃ団子						



**KAEDE HOIKUEN**  
MY DREAM ARE GROWING UP HERE.  
CRESCENDREAMS

