

12月の予定献立表 (完了期離乳食: 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				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		
1 ～ 月 ～	ごはん 鮭のみぞマヨ焼き ピーマンのきんぴら キャベツのみぞ汁	米	牛乳、さけ キャベツ、ピーマン、 にんじん、えのきだけ、 わかめ	牛乳 ウエハース 牛乳 にんじんとさつまいものビスケット	18 ～ 木 ～	ごはん おでん風煮込み もやしとわかめのナムル さつまいも芋のみぞ汁	米、パン、 さつまいも	牛乳、鶏肉	にんじん、だいこん、 もやし、たまねぎ、 わかめ、あおり	牛乳 ピスケット 牛乳 のりマヨトース	10時おやつ	
2 ～ 火 ～	ごはん 豆腐とツナの煮物 にらのお浸し なめこのみぞ汁	米	牛乳、豆腐、ツナ かぼちゃ、もやし、にら、なめこ、 ねぎ、にんじん	牛乳 センペイ 牛乳 大芋かぼちゃ	19 ～ 金 ～	ごはん 豚肉のトマト煮 キャベツのお浸し えのきのすまし汁	米、じゃがいも	牛乳、豚肉	キャベツ、たまねぎ、 トマト、にんじん、 えのきだけ、ねぎ、 わかめ	牛乳 ウエハース 牛乳 バナナ ピスケット	10時おやつ	
3 ～ 水 ～	ごはん 肉野菜炒め 粉ふき芋 チキンスープ	米、じゃがいも	牛乳、鶏肉	たまねぎ、キャベツ、 にんじん、ピーマン、 えのきだけ、あおり	牛乳 小魚せんべい 牛乳 マンナウエハース	20 ～ 土 ～	豚丼 小松菜のごまあえ さと芋のみぞ汁	米、さといも	牛乳、豚肉	たまねぎ、こまつな、 もやし、ねぎ、 にんじん、コーン	牛乳 ピスケット 牛乳 マンナウエハース	10時おやつ
4 ～ 木 ～	ごはん 鶏肉じゃが チングンサイの和え物 おくらスープ	米、パン、 じゃがいも	牛乳、鶏肉、豆腐	たまねぎ、もやし、 チングンサイ、ねぎ、 にんじん、オクラ	牛乳 ピスケット 牛乳 ジャムサンド	22 ～ 月 ～	豆腐のそぼろ丼 白菜のおひたし もやしのみぞ汁	米	牛乳、豆腐、あずき	はくさい、かぼちゃ、 もやし、こまつな、 にんじん、にら	牛乳 ピスケット 牛乳 冬至かぼちゃ	10時おやつ
5 ～ 金 ～	ごはん チキンポール煮 もやし野菜炒め キャベツのスープ	米、さつまいも	牛乳、豆乳、鶏肉	もやし、たまねぎ、 キャベツ、にんじん、 にら	牛乳 センペイ 牛乳 スイートポテト	23 ～ 火 ～	ごはん ミートボール 星ポテト・ブロッコリーサラダ コンソメスープ	米	牛乳、豚肉、 ヨーグルト	ブロッコリー、 コーン、にんじん、 キャベツ、たまねぎ、 いちご、みかん	牛乳 センペイ ほうじ茶 フルーツヨーグルト	10時おやつ
6 ～ 土 ～	ごはん 鶏の野菜炒め かぼちゃの甘煮 豆腐のみぞ汁	米	牛乳、鶏肉、豆腐	かぼちゃ、キャベツ、 もやし、たまねぎ、 こまつな、にんじん	牛乳 ウエハース 牛乳 にんじんとさつまいものビスケット	24 ～ 水 ～	ごはん ぶりの照り焼き さっぱりポテトサラダ 白菜のみぞ汁	米、じゃがいも	牛乳、ぶり、 おがら	バナナ、きゅうり、 はくさい、にんじん、 えのきだけ	牛乳 ウエハース 牛乳 せんべい	10時おやつ
8 ～ 月 ～	ごはん カレイ煮魚 ゆで人参・きゅうり こまつなのみぞ汁	米	牛乳、かれい、豆乳	にんじん、こまつな、 きゅうり、ねぎ	牛乳 小魚せんべい 牛乳 蒸しパン	25 ～ 木 ～	ごはん 肉野菜炒め かぼちゃマッシュ だいこんのみぞ汁	米	牛乳、豚肉	かぼちゃ、だいこん、 キャベツ、たまねぎ、 にんじん、わかめ	牛乳 ピスケット 牛乳 せんべい	10時おやつ
9 ～ 火 ～	食パン 煮豆腐 野菜サラダ ホット	パン、じゃがいも	牛乳、豆腐、豚肉	バナナ、たまねぎ、 にんじん、キャベツ、 ブロッコリー、きゅうり	牛乳 ウエハース 牛乳 バナナ	26 ～ 金 ～	うどん ほうれん草のソテー みかん	うどん	牛乳、豚肉	たまねぎ、にんじん、 ほうれんそう、みかん	牛乳 センペイ 牛乳 小魚せんべい ぶどうゼリー	10時おやつ
10 ～ 水 ～	ごはん 納豆 魚の煮つけ キャベツの炒め煮 里芋のみぞ汁	米、じゃがいも、 さといも	牛乳、さけ、納豆	キャベツ、にんじん、 チングンサイ、ひじき、 あおり	牛乳 ピスケット 牛乳 ベイクドじゃが	27 ～ 土 ～	ごはん チキンポールあんかけ ブロッコリーとコーンのソテー わかめのみぞ汁	米	牛乳、豆腐、鶏肉	ブロッコリー、 コーン、たまねぎ、 にんじん、わかめ、 グリンピース	牛乳 小魚せんべい 牛乳 マンナウエハース	10時おやつ
11 ～ 木 ～	ごはん 肉豆腐 さつま芋の天ぷら 切り干しだいこんのみぞ汁	米、ゆでうどん、 さつまいも	牛乳、豆腐、豚肉	たまねぎ、キャベツ、 ねぎ、ピーマン、 にんじん、だいこん、 わかめ	牛乳 ウエハース 牛乳 煮込みうどん							10時おやつ
12 ～ 金 ～	ごはん マーボー豆腐 チングン菜のあえ物 野菜スープ	米	牛乳、豆腐、豚肉	たまねぎ、キャベツ、 ねぎ、にんじん、にら、 にんじん	牛乳 センペイ 牛乳 マンナウエハース							10時おやつ
13 ～ 土 ～	かえでオペラ											10時おやつ
15 ～ 月 ～	ごはん カレイのみぞ煮 小松菜の野菜炒め かぶのみぞ汁	米	牛乳、豆乳、かれい	かぶ、もやし、 こまつな、赤ピーマン、 コーン	牛乳 ピスケット 豆乳 小魚せんべい							10時おやつ
16 ～ 火 ～	ごはん 肉じゃが ほうれん草のあえ物 豆腐のみぞ汁	米、じゃがいも	牛乳、豆腐、豆乳、 豚肉	ほうれん草、ねぎ、 たまねぎ、にんじん、 グリンピース、わかめ	牛乳 ウエハース 牛乳 ホットケーキ							10時おやつ
17 ～ 水 ～	ごはん チキンバーグ かぼちゃマッシュ 野菜スープ	米	牛乳、鶏肉	かぼちゃ、たまねぎ、 きゅうり、コーン、 にんじん	牛乳 センペイ 牛乳 ピスケット							10時おやつ

☆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。

☆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。



KAEDA HOIKUEN
MY DREAM ARE GROWING UP HERE.
CRESCENDREAMS

