


# 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	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
1 （月）	ごはん 鮭のみそマヨ焼き ピーマンのきんぴら キャベツのみそ汁	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 さつまいも芋のみそ汁	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、あおのり	牛乳 ビスケット 牛乳 のりマヨトース
2 （火）	ごはん 豆腐とツナの煮物 にらのお浸し なめこのみそ汁	米	牛乳、豆腐、ツナ	かぼちゃ、たまねぎ、 もやし、にら、なめこ、 ねぎ、にんじん	牛乳 せんべい 牛乳 大学かぼちゃ	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 ビスケット
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、あおのり	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 さと芋のみそ汁	米、さといも	牛乳、豚肉	たまねぎ、ごまつな、 もやし、ねぎ、 にんじん、コーン	牛乳 ビスケット 牛乳 マンナウエハース
4 （木）	ごはん 鶏肉じゃが チンゲンサイの和え物 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、 チンゲンサイ、ねぎ、 にんじん、オクラ	牛乳 ビスケット 牛乳 ジャムサンド	22 （月）	豆腐のそぼろ丼 白菜のおひたし もやしのみそ汁	米	牛乳、豆腐、あずき	はくさい、かぼちゃ、 もやし、ごまつな、 にんじん、にら	牛乳 ビスケット 牛乳 冬至かぼちゃ
5 （金）	ごはん チキンボール煮 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 せんべい 牛乳 スイートポテト	23 （火）	ごはん ミートボール 里ポテト・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 せんべい ほうじ茶 フルーツヨーグルト
6 （土）	ごはん 鶏の野菜炒め かぼちゃの甘煮 豆腐のみそ汁	米	牛乳、鶏肉、豆腐	かぼちゃ、キャベツ、 もやし、たまねぎ、 ごまつな、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 白菜のみそ汁	米、じゃがいも	牛乳、ぶり、 おから	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
8 （月）	ごはん カレイ煮魚 ゆで人参・きゅうり ごまつなのみそ汁	米	牛乳、かれい、豆乳	にんじん、ごまつな、 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 だいこんのみそ汁	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 ビスケット 牛乳 せんべい
9 （火）	食パン 煮豆腐 野菜サラダ ポトフ	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 せんべい 牛乳 小魚せんべい ぶどうゼリー
10 （水）	ごはん 納豆 魚の煮つけ キャベツの炒め煮 里芋のみそ汁	米、じゃがいも、 さといも	牛乳、さけ、納豆	キャベツ、にんじん、 チンゲンサイ、ひじき、 あおのり	牛乳 ビスケット 牛乳 バイクドじゃが	27 （土）	ごはん チキンボールあんかけ ブロッコリーとコーンのソテー わかめのみそ汁	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、 グリーンピース	牛乳 小魚せんべい 牛乳 マンナウエハース
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そ汁	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						
12 （金）	ごはん マーボー豆腐 チンゲン菜のあえ物 野菜スープ	米	牛乳、豆腐、豚肉	たまねぎ、もやし、 チンゲンサイ、にら、 にんじん	牛乳 せんべい 牛乳 マンナウエハース						
13 （土）	かえてオペラ										
15 （月）	ごはん カレイのみそ煮 小松菜の野菜炒め かぶのみそ汁	米	牛乳、豆乳、かれい	かぶ、もやし、 ごまつな、赤ピーマン、 コーン	牛乳 ビスケット 豆乳 小魚せんべい	☆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。					
16 （火）	ごはん 肉じゃが ほうれん草のあえ物 豆腐のみそ汁	米、じゃがいも	牛乳、豆腐、豆乳、 豚肉	ほうれんそう、ねぎ、 たまねぎ、にんじん、 グリーンピース、わかめ	牛乳 ウエハース 牛乳 ホットケーキ						
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 せんべい 牛乳 ビスケット						



KAEDE HOIKUEN

MY DREAM ARE GROWING UP HERE.

CRESCENDREAMS





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

