

# 12月の予定献立（後期食 9～11ヶ月）



| 日付 | 曜日 | 献立名                          | 午前おやつ   | 午後おやつ    |                                        |
|----|----|------------------------------|---------|----------|----------------------------------------|
| 5  | 月  |                              | ベビーせんべい |          |                                        |
| 6  | 火  |                              | おやさいりんぐ |          |                                        |
| 7  | 水  | 軟飯 みそ汁 鶏肉のやわらか煮 さつま芋のあんかけ煮   | クッキー    |          | 大根、ほうれん草、豆腐、鶏肉<br>ブロッコリー、さつま芋          |
| 8  | 木  | 軟飯 トマトスープ ジャが芋のそぼろ煮 きゅうりの和え物 | 野菜スナック  |          | きゃべつ、玉葱、トマト、豚肉、人参<br>じゃが芋、きゅうり、鶏ささみ    |
| 9  | 金  | 軟飯 みそ汁 かれいの照り焼き ほうれん草の煮びたし   | ビスケット   |          | さつま芋、豆腐、かれい、ほうれん草<br>人参、しいたけ           |
| 12 | 月  | 軟飯 みそ汁 鮭のホイル蒸し きゃべつの炒め物      | ベビーせんべい |          | 玉葱、ほうれん草、豆腐、鮭<br>ブロッコリー、きゃべつ、豚肉        |
| 13 | 火  | 軟飯 スープ 豚肉のトマト煮 カリフラワーのサラダ    | おやさいりんぐ | 煮りんご     | コーン、カリフラワー、きゃべつ<br>豚肉、じゃが芋、人参、りんご      |
| 14 | 水  | 軟飯 みそ汁 豆腐ハンバーグ ほうれん草のおひたし    | クッキー    | ヨーグルト    | 麩、きゃべつ、豆腐、ひじき、豚肉<br>ほうれん草、えのき、人参、ヨーグルト |
| 15 | 木  | 軟飯 みそ汁 鮭のあんかけ煮 切り干し大根の煮物     | 野菜スナック  | 小魚せんべい   | じゃが芋、豆腐、鮭、大根、しいたけ<br>人参                |
| 16 | 金  | 煮込みうどん かぼちゃの甘煮               | ビスケット   | コーンおじや   | うどん、玉葱、鶏肉、人参、しいたけ<br>ほうれん草、かぼちゃ、コーン    |
| 17 | 土  | 発表会                          |         |          |                                        |
| 19 | 月  | 軟飯 スープ マーボー豆腐 ほうれん草の煮びたし     | ベビーせんべい | ヨーグルト    | えのき、しめじ、豚肉、豆腐、人参<br>ほうれん草、えのき、人参、ヨーグルト |
| 20 | 火  | 軟飯 スープ 豚肉のトマト煮 きゃべつのお浸し      | おやさいりんぐ | パンがゆ     | かぼちゃ、豚肉、トマト、いんげん<br>カリフラワー、きゃべつ、食パン    |
| 21 | 水  | 軟飯 みそ汁 豚肉のりんごソース焼き 大根と昆布の煮物  | クッキー    | 粉ふき芋     | 小松菜、豆腐、豚肉、りんご、大根<br>昆布、ツナ缶、じゃが芋        |
| 22 | 木  | 軟飯 けんちん汁 たらの照り焼き れんこんのきんぴら   | 野菜スナック  | 冬至かぼちゃ   | 豆腐、大根、しいたけ、人参、たら<br>れんこん、豚肉、かぼちゃ、あずき   |
| 23 | 金  | 軟飯 コーンスープ ハンバーグ ポテトサラダ       | ビスケット   | おやさいぼーる  | コーン、カリフラワー、豚肉、玉葱<br>じゃが芋、きゅうり、パプリカ     |
| 24 | 土  | ほうれん草おじや スープ じゃがいものそぼろ煮 パナナ  | ベビーせんべい | クッキー     | ほうれん草、きゃべつ、玉葱、鶏肉<br>じゃが芋、人参、パナナ        |
| 26 | 月  | 軟飯 みそ汁 春雨の炒め物 白菜の塩こんぶ和え      | おやさいりんぐ | マカロニきな粉煮 | 大根、豆腐、春雨、豚肉、人参<br>白菜、昆布、マカロニ、きな粉       |
| 27 | 火  | 軟飯 みそ汁 かれいの照り焼き ほうれん草の煮びたし   | 野菜スナック  | ヨーグルト    | 白菜、わかめ、豆腐、かれい、パプリカ<br>ほうれん草、ヨーグルト      |
| 28 | 水  | トマトスパゲティースープ かぼちゃサラダ         | ビスケット   | 青菜おじや    | スパゲティ、豚肉、玉葱、きゃべつ<br>かぼちゃ、きゅうり、ほうれん草    |

※おやつ時はほうじ茶がつきます。

※食材の都合により献立内容が変更になる場合があります。