

★ 12月 献立表 (離乳食中期) ★

10時	11時	12時	13時	14時	15時
水 ■粥 米 ■鶏肉の煮物 とりにく たまねぎ にんじん だし昆布 ■キャベツの煮浸し きゃべつ さとう 濃口しょうゆ だし昆布	木 ■うどん煮 うどん 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん だし昆布 ■ほうれん草の煮浸し ほうれん草 にんじん だし昆布	火 ■粥 米 ■カレーの煮付け からすかれい 濃口しょうゆ さとう だし昆布 ■白菜の煮浸し はくさい にんじん 濃口しょうゆ さとう だし昆布	月 ■粥 米 ■鶏肉の煮物 とりにく たまねぎ にんじん だし昆布 ■ブロッコリーの煮物 ブロッコリー にんじん 濃口しょうゆ さとう だし昆布	火 ■粥 米 ■鶏肉の煮物 とりにく たまねぎ にんじん だし昆布 ■ほうれん草の煮浸し ほうれん草 にんじん だし昆布	水 ■粥 米 ■鶏肉の煮物 とりにく たまねぎ にんじん だし昆布 ■キャベツの煮浸し きゃべつ さとう 濃口しょうゆ だし昆布
1 水 ■粥 米 ■鶏肉の煮物 とりにく たまねぎ にんじん だし昆布 ■キャベツの煮浸し きゃべつ さとう 濃口しょうゆ だし昆布	2 木 ■うどん煮 うどん 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん だし昆布 ■ほうれん草の煮浸し ほうれん草 にんじん だし昆布	3 金 ■粥 米 ■鶏ひき肉 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん だし昆布 ■白菜の煮浸し はくさい にんじん 濃口しょうゆ さとう だし昆布	4 土 ■粥 米 ■鶏肉の煮物 とりにく たまねぎ にんじん だし昆布 ■ほうれん草の煮浸し ほうれん草 にんじん だし昆布	5 火 ■粥 米 ■カレーの煮付け からすかれい 濃口しょうゆ さとう だし昆布 ■白菜の煮浸し はくさい にんじん 濃口しょうゆ さとう だし昆布	6 月 ■粥 米 ■鶏肉の煮物 とりにく たまねぎ にんじん だし昆布 ■ブロッコリーの煮物 ブロッコリー にんじん 濃口しょうゆ さとう だし昆布
7 水 ■粥 米 ■鶏団子煮 鶏ひき肉 かたくり粉 たまねぎ にんじん だし昆布 ■ほうれん草の煮浸し ほうれん草 にんじん だし昆布	8 木 ■うどん煮 うどん 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん だし昆布 ■キャベツの煮浸し きゃべつ さとう 濃口しょうゆ だし昆布	9 金 ■粥 米 ■鶏ひき肉 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん だし昆布 ■白菜の煮浸し はくさい にんじん 濃口しょうゆ さとう だし昆布	10 土 ■粥 米 ■鶏肉の煮物 とりにく たまねぎ にんじん だし昆布 ■ほうれん草の煮浸し ほうれん草 にんじん だし昆布	11 火 ■粥 米 ■カレーの煮付け からすかれい 濃口しょうゆ さとう だし昆布 ■白菜の煮浸し はくさい にんじん 濃口しょうゆ さとう だし昆布	12 水 ■粥 米 ■鶏肉の煮物 とりにく たまねぎ にんじん だし昆布 ■キャベツの煮浸し きゃべつ さとう 濃口しょうゆ だし昆布

16	17	18	20	21	22	23	24	25	27	28
木	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火
■ナポリタン風煮 ■スパゲティ ■鶏ひき肉 ■たまねぎ ■ケチャップ ■フィヨン ■ブロッコリーの煮物 ■ブロッコリー ■にんじん ■濃口しょうゆ ■さとう ■だし昆布	■粥 ■米 ■鶏じゃが ■鶏ひき肉 ■じゃがいも ■たまねぎ ■にんじん ■だし昆布 ■ほうれん草の煮浸し ■ほうれん草 ■白菜の煮浸し ■はくさい ■濃口しょうゆ ■さとう ■だし昆布	■粥 ■米 ■豆腐のそぼろ煮 ■とうふ ■鶏ひき肉 ■たまねぎ ■にんじん ■濃口しょうゆ ■さとう ■だし昆布 ■キャベツの煮浸し ■きゃべつ ■にんじん ■さとう ■濃口しょうゆ ■だし昆布	■うどん ■うどん ■鶏ひき肉 ■たまねぎ ■にんじん ■だし昆布 ■濃口しょうゆ ■ほうれん草の煮浸し ■ほうれん草 ■にんじん ■だし昆布	■粥 ■米 ■鶏団子煮 ■鶏ひき肉 ■かたくり粉 ■たまねぎ ■にんじん ■だし昆布 ■ブロッコリーの煮物 ■ブロッコリー ■にんじん ■濃口しょうゆ ■さとう ■だし昆布	■にんじん粥 ■米 ■にんじん ■だし昆布 ■カレイの煮付け ■からすかれい ■濃口しょうゆ ■さとう ■だし昆布 ■南瓜煮 ■かぼちゃ ■にんじん ■濃口しょうゆ ■さとう ■だし昆布	■うどん ■うどん ■鶏ひき肉 ■たまねぎ ■にんじん ■だし昆布 ■濃口しょうゆ ■ほうれん草の煮浸し ■ほうれん草 ■にんじん ■だし昆布	■コーン粥 ■米 ■コーン ■鶏肉のトマト煮 ■とりにく ■たまねぎ ■にんじん ■だし昆布 ■ケチャップ ■さとう ■だし昆布 ■ブロッコリーの煮物 ■ブロッコリー ■にんじん ■濃口しょうゆ ■さとう ■だし昆布	■粥 ■米 ■カレイの煮付け ■からすかれい ■濃口しょうゆ ■さとう ■だし昆布 ■ほうれん草の煮浸し ■ほうれん草 ■にんじん ■だし昆布	■粥 ■米 ■鶏肉の煮物 ■とりにく ■たまねぎ ■にんじん ■だし昆布 ■カリフラワー煮 ■カリフラワー ■にんじん ■濃口しょうゆ ■さとう ■だし昆布	■粥 ■米 ■鶏肉の煮物 ■とりにく ■たまねぎ ■にんじん ■だし昆布 ■白菜の煮浸し ■はくさい ■にんじん ■濃口しょうゆ ■さとう ■だし昆布
■ビスケット ■マンナビスケット ■コーン粥 ■米 ■コーン	■赤ちゃんせんべい ■ハイハイイン ■フルーツ(みかん缶) ■みかん缶	■ビスケット ■マンナビスケット ■赤ちゃんせんべい ■ハイハイイン	■赤ちゃんせんべい ■ハイハイイン ■コーン粥 ■米 ■コーン	■ビスケット ■マンナビスケット ■マカロニ ■マカロニ ■きな粉 ■さとう	■赤ちゃんせんべい ■ハイハイイン ■フルーツ(みかん缶) ■みかん缶	■ビスケット ■マンナビスケット ■にんじん粥 ■米 ■にんじん ■だし昆布	■赤ちゃんせんべい ■ハイハイイン ■フルーツ(みかん缶) ■みかん缶	■ビスケット ■マンナビスケット ■赤ちゃんせんべい ■ハイハイイン	■赤ちゃんせんべい ■ハイハイイン ■コーン粥 ■米 ■コーン	■ビスケット ■マンナビスケット ■にんじん粥 ■米 ■にんじん ■だし昆布