

2023年度12月離乳食

日付	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	軽食(完了期)
01金	全粥 鶏肉の照り煮 白菜ときゅうりの和え物 切干大根の味噌汁 人参パン粥	軟飯 鶏肉の照り煮 白菜ときゅうりの和え物 切干大根の味噌汁 人参トースト 茹でかぼちゃ 青梗菜のスープ	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 白菜ときゅうりの甘酢和え 切干大根の味噌汁 人参トースト 牛乳	粉吹き芋
02土	全粥 鶏肉の味噌煮 キャベツの浅漬け なすの味噌汁 ひじきおじや	鶏肉の味噌丼 キャベツの浅漬け なすの味噌汁 ひじきおじや	豚肉の味噌丼 キャベツの浅漬け なすの味噌汁 ひじきおじや 牛乳	
04月		軟飯 豆腐のそぼろあんかけ 人参サラダ もやしの味噌汁 さつま芋のお焼き 茹で小松菜 お麩の味噌汁	ごはん 豆腐の肉味噌のせ 人参サラダ もやしの味噌汁 さつま芋のお焼き 牛乳	バナナ
05火		軟飯 鶏肉のトマト煮 根菜の煮物 かぼちゃの味噌汁 コーンクリームトースト 粉吹き芋 えのきのスープ	ごはん 豚肉の生姜焼き 根菜の煮物 かぼちゃの味噌汁 コーンクリームトースト 牛乳	おかかご飯
06水		軟飯 鮭のホワイトソースかけ ブロッコリーのサラダ かぶの味噌汁 マカロニきな粉 きゅうりスティック なすの味噌汁	ごはん 鮭の唐揚げ きんぴらごぼう かぶの味噌汁 柿 マカロニきな粉 牛乳	ふかし芋
07木		食パン 鶏肉のりんごソースかけ ポパイサラダ 春雨スープ 煮込みうどん じゃが芋スティック 茹でキャベツ	ハイジパン 鶏肉のバーベキューソース ポパイサラダ 春雨スープ 煮込みうどん 牛乳	和風ツナご飯
08金		軟飯 鮭の味噌煮 きゅうりとわかめの和え物 豆腐のすまし汁 チーズ軟飯 茹でブロッコリー さつま芋の味噌汁	ごはん 鮭の味噌煮 うの花炒り煮 ほうれん草とえのきのすまし汁 チーズ軟飯 牛乳	青のりご飯
09土		マーボー春雨丼 白菜の和え物 さつま芋の味噌汁 人参おじや	マーボー春雨丼 白菜の和え物 さつま芋の味噌汁 人参おじや 牛乳	
11月		軟飯 鶏肉の磯辺焼き もやしと人参の和え物 豆腐と玉ねぎの味噌汁 じゃがバター お麩の煮物 ほうれん草の味噌汁	ごはん 鶏肉の磯辺焼き もやしと人参のナムル 油揚げと玉ねぎの味噌汁 じゃがバター 牛乳	粉吹き芋
12火		軟飯 豆腐の野菜あんかけ 源平煮 お麩の味噌汁 きな粉トースト 茹でブロッコリー コーンクリームスープ	ごはん 松風焼き きゅうりとわかめの酢の物 お麩の味噌汁 きな粉トースト 牛乳	塩昆布ご飯
13水		煮込みうどん 茹でかぼちゃ 高野豆腐の煮物 しらすおにぎり きゅうりスティック わかめの味噌汁	けんちんうどん かぼちゃサラダ みかん しらすおにぎり 牛乳	おかかご飯
14木		軟飯 鶏肉のトマト煮 切干大根の煮物 きのこの味噌汁 スイートポテト 茹で白菜 オニオンスープ	ごはん レバーのかりん揚げ 切干大根の旨煮 きのこの味噌汁 スイートポテト 牛乳	バナナ

食予定献立表

戸塚愛児園

日付	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	軽食(完了期)
15金		軟飯 鰯の煮付け キャベツの浅漬け なすの味噌汁 バナナトースト 粉吹き芋 小松菜のスープ	ごはん 鰯の照り焼き キャベツの胡麻ネーズ和え なすの味噌汁 バナナトースト 牛乳	青のりご飯
16土		チキンライス風 ブロッコリーのサラダ キャベツのスープ かぼちゃおじや	チキンライス ブロッコリーとツナのサラダ キャベツのスープ かぼちゃおじや 牛乳	
18月		軟飯 鰯の煮付け ふろふき大根 豆腐と小松菜のすまし汁 じゃが芋のお焼き 茹で人参 もやしの味噌汁	ごはん 鰯の煮付け ふろふき大根 豆腐と小松菜のすまし汁 じゃが芋のお焼き 牛乳	青のりご飯
19火		食パン 鶏肉のチーズ焼き 春雨サラダ 青梗菜のスープ わかめおにぎり さつま芋スティック 豆腐の味噌汁	食パン 鶏肉のチーズ焼き 春雨サラダ 青梗菜のスープ わかめおにぎり 牛乳	バナナ
20水		ひじき軟飯 鶏肉のりんごソースかけ ブロッコリーのサラダ 白菜の味噌汁 かぼちゃのミルク煮 お麩の煮物 茹でほうれん草	わかめごはん 鶏肉のオニオンレッシング ごぼうサラダ 白菜の味噌汁 かぼちゃのミルク煮 牛乳	おかかご飯
21木		軟飯 鮭のみぞれかけ 茹でさつま芋 豆腐の味噌汁 野菜雑炊 なすの煮浸し キャベツの味噌汁	ごはん 鮭の幽庵焼き ひじきの炒り煮 豚汁 野菜雑炊 牛乳	ふかし芋
22金		ピラフ風 鶏肉のコーンクリーム煮 かぼちゃサラダ オニオンスープ 手作りりんごジャムサンド バナナ 隠元のスープ	ピラフ フライドチキン スイートポテトサラダ オニオンスープ 手作りりんごジャムサンド 牛乳	塩昆布ご飯
23土		軟飯 クリームシチュー ブロッコリーのサラダ ほうれん草のスープ さつま芋おじや	ごはん クリームシチュー 三色サラダ ほうれん草のスープ さつま芋おじや 牛乳	
25月		煮込みうどん(トマト味) 豆腐とブロッコリーのサラダ お麩の煮物 しらす雑炊 茹で大根 小松菜の味噌汁	マカロニミートソース おからサラダ わかめのスープ しらす雑炊 牛乳	粉吹き芋
26火		鶏そぼろ丼 白菜の和え物 なすの味噌汁 かぼちゃのお焼き バナナ きのこの味噌汁	豚丼 白菜の塩昆布和え なめこの味噌汁 かぼちゃのお焼き 牛乳	青のりご飯
27水		軟飯 マーボー豆腐 茹でさつま芋 キャベツの味噌汁 青のりおにぎり 茹で人参 お麩の煮物	ごはん マーボー豆腐 さつま芋の甘煮 キャベツの味噌汁 青のりおにぎり 牛乳	ひじきご飯
28木		軟飯 肉じゃが 大根のサラダ もやしの味噌汁 さつま芋のミルク煮 茹でほうれん草 なすの煮浸し	チキンカレーライス 大根とかにかまのサラダ もやしのスープ さつま芋のミルク煮 牛乳	おかかご飯