

# 離乳食献立

2025年12月



淀白鳥保育園

日付	曜日	献立名	材料	おやつ
1 15	月	1おかゆ 2カレイの煮つけ 3白菜の和え物 4すまし汁	米 カレイ、昆布だし汁、しょうゆ（うすくち） 白菜、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5青のりヨーグルト 青のり、ヨーグルト
2 16	火	1おかゆ 2鶏ささみの野菜煮 3南瓜煮 4すまし汁	米 鶏ささみ、人参、チンゲン菜、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 南瓜、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5麩ラスク 麩
3 17	水	1おかゆ 2鶏ミンチとピーマン和え 3キャベツの和え物 4すまし汁	米 鶏ミンチ、ピーマン、人参、しょうゆ（うすくち） キャベツ、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5きな粉マカロニ きな粉、マカロニ
4 18	木	1おかゆ 2白身魚の煮つけ 3きゅうりの和え物 4すまし汁	米 たら、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 きゅうり、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5じゃが芋スティック じゃが芋
5 19	金	1おかゆ 2じゃが芋のツナ和え 3豆腐煮 4すまし汁	米 シーチキン、人参、じゃが芋、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 豆腐、人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5パンブキンヨーグルト 南瓜、ヨーグルト
6 20	土	1ささみのおじや 2ブロッコリーの和え物 3すまし汁	米、鶏ささみ、人参、玉ねぎ、しめじ しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 ブロッコリー、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	4バナナ
8 22	月	1おかゆ 2カレイの煮つけ 3千切り大根の和え物 4すまし汁	米 カレイ、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 ほうれん草、千切り大根、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5スイートポテト さつま芋
9 23	火	1おかゆ 2鶏ミンチの野菜煮 3さつま芋のサラダ 4すまし汁	米 鶏ミンチ、人参、ブロッコリー、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 さつま芋、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5きな粉トースト きな粉、食パン
10 24	水	1おかゆ 2ツナとじゃが芋の煮つけ 3大根煮 4すまし汁	米 シーチキン、じゃが芋、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 大根、人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5豆腐のおやき 豆腐、小麦粉
11 25	木	1おかゆ 2鮭の煮つけ 3豆腐煮 4すまし汁	米 鮭、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 豆腐、人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5バナナ
12 26	金	1おかゆ 2鶏ミンチと南瓜煮 3ブロッコリーの和え物 4すまし汁	米 鶏ミンチ、南瓜、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 ブロッコリー、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5じゃがもち じゃが芋
27	土	1シーチキンのおじや 2小松菜の和え物 3すまし汁	米、シーチキン、人参、 しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁 小松菜、人参、しょうゆ（うすくち） 人参、しょうゆ（うすくち）、昆布だし汁	5さつま芋スティック さつま芋
		主食は月齢により、すりつぶし・あらすり・軟飯等 ※月曜日から土曜日まで上記に6野菜スティック煮が付きます。		
※献立、材料は都合により変更することがありますのでご了承ください。				

