



令和4年12月献立表(離乳食)



日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			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	
1 木	19 月	昼食	ツナマヨトースト(パン粥・御飯) クリームシチュー ブロッコリーの三色サラダ バナナ	食パン、マヨネーズ じゃがいも フレンチドレッシング	ツナ 牛乳、ウインナー、クリームシチューの素 魚肉ソーセージ	たまねぎ たまねぎ、にんじん ブロッコリー、にんじん バナナ
		午後おやつ	牛乳 バニラパン(バロア)		牛乳 牛乳、バニラパン(バロア)の素	
2 金	15 木	昼食	ふりかけ御飯(たまご)(軟飯・お粥) みそ汁 さけの塩焼き 大根と鶏肉の煮物 ももムース	米 砂糖	たまごふりかけ みそ さけ 鶏肉	たまねぎ、わかめ だいこん、にんじん、しいたけ、いんげん もも缶
		午後おやつ	牛乳 豆乳ドーナツ	豆乳ドーナツ	牛乳 牛乳	
5 月	29 木	昼食	カレーうどん(軟飯・お粥) メンチカツ 白菜とほうれん草のおかか和え みかん缶	うどん、片栗粉 砂糖	豚肉、油揚げ メンチカツ かつお節、ちくわ	たまねぎ、にんじん、ねぎ、しょうが ほうれんそう、はくさい みかん缶
		午後おやつ	麦茶 クッキー	ホットケーキミックス	牛乳 卵、牛乳	
6 火	16 金	昼食	御飯(軟飯・お粥) みそ汁 鶏肉のごまみそ焼き マカロニサラダ ストロベリーゼリー	米 ごま、砂糖 マカロニ、マヨネーズ	みそ、油揚げ 鶏肉、みそ ハム	はくさい、にんじん きゅうり、にんじん ストロベリーゼリーの素
		午後おやつ	牛乳 蒸しパン(バナナ)	蒸しパン(バナナ)	牛乳 牛乳	
7 水	20 火	昼食	ふりかけ御飯(やさい)(軟飯・お粥) すまし汁 魚の照り焼き きんぴらごぼう りんごムース	米 焼ふ 砂糖 ごま、砂糖	 赤魚 鶏肉、さつまあげ	やさいふりかけ ほうれんそう しょうが にんじん、ごぼう りんご缶
		午後おやつ	麦茶 クリームコンフェ	クリームコンフェ	牛乳	
8 木	27 火	昼食	そぼろパン(パン粥・御飯) コンソメスープ ミートグラタン キャベツの和え物 洋なしムース	そぼろパン マカロニ、砂糖、パン粉	豚肉、チーズ ハム	かぶ、にんじん たまねぎ キャベツ、にんじん 洋なし缶
		午後おやつ	牛乳 やわらかサブレ	やわらかサブレ	牛乳 牛乳	
9 金	26 月	昼食	御飯(軟飯・お粥) みそ汁 鶏肉の中華風揚げ 小松菜の煮浸し フルーツカクテルムース	米 片栗粉、小麦粉、油、ごま油	みそ 鶏肉、卵 油揚げ	もやし、にんじん しょうが こまつな、にんじん フルーツカクテル缶
		午後おやつ	野菜ジュース マンナビスケット	マンナビスケット	牛乳	野菜ジュース
12 月	30 金	昼食	御飯(軟飯・お粥) みそ汁 チーズハンバーグ ブロッコリーのソテー りんごムース	米 砂糖 油	みそ、油揚げ ハンバーグ、チーズ ベーコン	だいこん ブロッコリー、コーン りんご缶
		午後おやつ	牛乳 蒸しパン(いちご)	蒸しパン(いちご)	牛乳 牛乳	
13 火	21 水	昼食	二色ご飯(軟飯・お粥) なめこのみそ汁 小松菜のごま和え パインムース	米、砂糖 すりごま、砂糖	卵、鶏肉 みそ ツナ	グリーンピース なめこ、ねぎ こまつな、にんじん パイン缶
		午後おやつ	麦茶 たべっこBABY	たべっこBABY	牛乳	
14 水	22 木	昼食	御飯(軟飯・お粥) 中華スープ マーボー豆腐 ナムル みかん缶	米 片栗粉 片栗粉、ごま油、砂糖 ごま油	卵、 豆腐、豚肉、みそ ハム	あさつき ねぎ、しょうが もやし、ほうれんそう、にんじん みかん缶
		午後おやつ	牛乳 いちごのムース(豆乳)	いちごのムース(豆乳)	牛乳 牛乳	
23 金	★ クリ スマ スマ 給食 ★	昼食	チキンピラフ(軟飯・お粥) コンソメスープ もみの木ハンバーグ シーザーサラダ クリスマスパフェ	米 フレンチドレッシング 食パン、餃子の皮	鶏肉、無塩バター ハンバーグ、卵 チーズ 生クリーム、牛乳	たまねぎ、にんじん、コーン、グリーンピース、パセリ たまねぎ、キャベツ ブロッコリー、黄ピーマン、赤ピーマン バナナ、いちごジャム、レモン果汁
		午後おやつ	牛乳 クリスマスゼリー		牛乳 生クリーム	ぶどうゼリーの素、青りんごゼリーの素
28 水	★ お 誕 生 日 給 食 ★	昼食	わかめ御飯(軟飯・お粥) スープ 鶏肉のカレー焼き コロコロサラダ マスカットゼリー	米 マヨネーズ	 鶏肉 ベーコン	わかめ えのき、たまねぎ、にんじん にんにく ごぼう、えだまめ、にんじん、コーン マスカットゼリーの素
		午後おやつ	ジョア ケーキ		ジョア ケーキ、生クリーム	

※おやつ 12月10日(木) アスパラガスBABY

※マヨネーズは、卵不使用タイプになります。

