



12月 離乳食だより

認定こども園つばめ・チェリー保育園

		初期		中期				後期・完了食				
		主食	副食	主食	主菜	副菜	おやつ	主食	主菜	副菜	果物	おやつ
2	月	おかゆ	じゃがいもスープ	おかゆ	ささみのくす煮	じゃがいも キャベツスープ	白せんべい	ごはん	じゃがいもの小判焼き	大豆と昆布の煮物	オレンジ	マカロニきなこ
3	火	おかゆ	だいこんスープ	おかゆ	白身魚の煮物	だいこん たまねぎスープ	バナナ	ごはん	白身魚のてりやき	大根と油揚げの味噌汁	バナナ	バナナかすてら
4	水	おかゆ	にんじんスープ	おかゆ	ささみのくす煮	にんじん だいこんスープ	白せんべい	ごはん	絹揚げのそぼろあん	切干大根の和風サラダ	オレンジ	ロールパン
5	木	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	白身魚の煮物	ほうれん草 じゃがいもスープ	バナナ	ごはん	肉じゃが	ほうれん草のおかか和え	バナナ	ぼたぼた焼き
6	金	おかゆ	キャベツスープ	おかゆ	ささみのくす煮	キャベツ たまねぎスープ	白せんべい		焼きそば	キャベツとコーンの和風サラダ	オレンジ	黒糖蒸しパン
7	土	おかゆ	たまねぎスープ	おかゆ	豆腐 たまねぎ にんじんスープ		バナナ	ごはん	豚肉と大豆の煮物	マカロニサラダ	バナナ	ムーンライト
8	日											
9	月	おかゆ	にんじんスープ	おかゆ	ささみのくす煮	にんじん キャベツスープ	白せんべい	ごはん	豚肉の野菜炒め	春雨の中華サラダ	オレンジ	うす塩せんべい
10	火	おかゆ	だいこんスープ	おかゆ	豆腐 だいこんスープ	じゃがいもスティック	バナナ	ごはん	大根と厚揚げのそぼろ煮	キャベツとツナの和風サラダ	バナナ	バームクーヘン
11	水	おかゆ	キャベツスープ	おかゆ	白身魚の煮物	キャベツ たまねぎスープ	白せんべい	ごはん	白身魚の煮物	豆腐と野菜の味噌汁	オレンジ	きなこ蒸しパン
12	木	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	ささみのくす煮	ほうれん草 にんじんスープ	白せんべい		肉うどん	ほうれん草のごま和え	ぶどうゼリー	まがりせんべい
13	金	おかゆ	たまねぎスープ	おかゆ	白身魚の煮物	たまねぎ だいこんスープ	バナナ		ハヤシライス	もやしとハムのサラダ	バナナ	オレンジゼリー
14	土	ベビーフード					白せんべい	愛情弁当				チョコスクッキー
15	日											
16	月	おかゆ	だいこんスープ	おかゆ	ささみのくす煮	だいこん たまねぎスープ	バナナ	ごはん	豚肉とごぼうのみそ炒め	大根とツナのサラダ	バナナ	ココア蒸しパン
17	火	おかゆ	たまねぎスープ	おかゆ	白身魚の煮物	にんじん たまねぎスープ	白せんべい	クチャップ ライス	鶏肉の煮物	スパゲティサラダ	いちごゼリー	雪の宿
18	水	おかゆ	はくさいスープ	おかゆ	豆腐 はくさいスープ	にんじんスティック	白せんべい	ごはん	豚肉の野菜炒め	ピーマンサラダ	オレンジ	りんごゼリー
19	木	おかゆ	キャベツスープ	おかゆ	ささみのくす煮	キャベツ はくさいスープ	バナナ	ごはん	鶏肉と白菜の煮物	キャベツとハムの中華サラダ	バナナ	食パン
20	金	おかゆ	だいこんスープ	おかゆ	白身魚の煮物	だいこん キャベツスープ	白せんべい		和風スパゲティ	大根としらすのサラダ	オレンジ	ばりんこ
21	土	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	豆腐 ほうれん草 キャベツスープ		バナナ	ごはん	炒り豆腐	ほうれん草とコーンのサラダ	バナナ	ビスコ
22	日											
23	月	おかゆ	じゃがいもスープ	おかゆ	ささみのくす煮	じゃがいも にんじんスープ	白せんべい	ごはん	じゃがいもの小判焼き	春雨のあっさりサラダ	オレンジ	おにぎりせんべい
24	火	おかゆ	たまねぎスープ	おかゆ	白身魚の煮物	たまねぎ キャベツスープ	バナナ	ごはん	白身魚のてりやき	具沢山わかめスープ	バナナ	マカロニきなこ
25	水	おかゆ	にんじんスープ	おかゆ	豆腐 にんじんスープ	じゃがいもスティック	白せんべい		カレーライス	コーンとハムの和風サラダ	オレンジゼリー	食パン
26	木	おかゆ	キャベツスープ	おかゆ	ささみのくす煮	キャベツ じゃがいもスープ	オレンジ	ごはん	マーボ豆腐	もやしのごまサラダ	オレンジ	ヨーグルト
27	金	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	白身魚の煮物	ほうれん草 たまねぎスープ	バナナ	ごはん	筑前煮	ほうれん草のしらす和え	バナナ	ばりんこ
28	土	ベビーフード						愛情弁当				