

令和6年度12月 離乳食予定献立表（12か月頃～）

日	離乳食	材 料
月 2	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	ポークソテー・フレンチサラダ 味噌汁	豚肉、塩、油、しょうゆ。キャベツ、きゅうり、人参、酢、しょうゆ、油。 玉葱、油揚げ、絹さや、削り節だし、味噌。
	バナナきな粉・牛乳	バナナ、きな粉、砂糖。牛乳。
火 3	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	マカロニグラタン・茹でブロッコリー わかめスープ	鶏肉、玉葱、しめじ、青菜、(乾)マカロニ、バター、小麦粉、無調整豆乳、鶏がらスープの素、チーズ、塩、ブロッコリー。 わかめ、もやし、長葱、鶏がらスープの素、しょうゆ。
	きんぴらチーズごはん・お茶	七分づき米、ごぼう、人参、油、しょうゆ、砂糖、みりん、チーズ。お茶。
水 4	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	魚の味噌煮 青菜の胡麻和え・すまし汁	魚（選択）、砂糖、味噌、しょうゆ、酒、生姜。 青菜、キャベツ、人参、砂糖、しょうゆ、白ごま。麩、えのきたけ、万能葱、削り節だし、塩、しょうゆ。
	トーストパン・牛乳	食パン、バター。牛乳。
木 5	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	煮込みうどん ひじきの煮付け	干しうどん、豚肉、キャベツ、人参、削り節だし、しょうゆ。 ひじき、人参、いんげん、削り節だし、砂糖、しょうゆ。
	フルーツ芋きんとん・お茶	さつまいも、バター、砂糖、りんご、レーズン。お茶。
金 6	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	豆腐の野菜あんかけ 味噌汁	豆腐、削り節だし、こんぶ（乾）、砂糖、しょうゆ、鶏ひき肉、人参、えのきたけ、いんげん、片栗粉。 かぼちゃ、青菜、煮干しだし、味噌。
	ホットケーキ・牛乳	小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、無調整豆乳、油。牛乳。
土 7	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	ビビンバ 味噌汁	豚ひき肉、長葱、油、生姜、しょうゆ、砂糖、人参、青菜、もやし、白ごま、塩、ごま油。 じゃがいも、玉葱、わかめ、煮干しだし、味噌。
	菓子・果物・牛乳	ベビー菓子。みかん。お茶。
月 9	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	すき焼き風煮 きつねスープ	豚肉、焼き豆腐、白菜、人参、長葱、油、削り節だし、砂糖、しょうゆ。 青菜、油揚げ、えのきたけ、鶏がらスープの素、しょうゆ。
	かぼちゃきんとん・牛乳	かぼちゃ、バター、スキムミルク、砂糖、レーズン。牛乳。
火 10	ご飯・果物	七分づき米。りんご。豚肉、玉葱、人参、じゃがいも、にんにく、生姜、油、鶏がらスープの素、りんご、
	ポークカレー 白菜と人参のサラダ	はちみつ、しょうゆ、塩、こしょう、ピーマン、バター、小麦粉、カレー粉、ケチャップ、トマトピューレ、 ウスターソース、牛乳、スキムミルク。ツナ缶、白菜、人参、酢、油、砂糖、しょうゆ。
	フルーツ寒天・お茶	粉寒天、砂糖、バナナ。お茶。
水 11	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	親子煮 味噌汁	卵、鶏肉、玉葱、人参、エリンギ、白葱、油、削り節だし、砂糖、しょうゆ。 大根、しめじ、万能葱、煮干しだし、味噌。
	米粉のお芋蒸しパン・牛乳	米粉、ベーキングパウダー、砂糖、無調整豆乳、さつまいも。牛乳。
木 12	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	魚フライ 酢の物・味噌汁	魚（選択）、塩、こしょう、小麦粉、卵、パン粉、油、中濃ソース。 もやし、きゅうり、人参、砂糖、酢、しょうゆ、塩、白ごま。キャベツ、わかめ、万能葱、煮干しだし、味噌。
	グリッシーニ・お茶	小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、無調整豆乳、油、塩、粉チーズ。お茶。
金 13	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	おでん コンコン和え	鶏肉、豆腐、大根、削り節だし、酒、みりん、しょうゆ。 青菜、もやし、油揚げ、砂糖、しょうゆ。
	麩ラスク・牛乳	麩、バター、グラニュー糖。牛乳。
土 14	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	鶏肉のうま塩煮 すまし汁	鶏肉、油、キャベツ、人参、しめじ、削り節だし、酒、塩、いんげん。 絹豆腐、青菜、削り節だし、塩、しょうゆ。
	トーストパン・お茶	食パン。バター。お茶。
月 16	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	ポークソテー・フレンチサラダ 味噌汁	豚肉、塩、油、しょうゆ。キャベツ、きゅうり、人参、酢、しょうゆ、油。 玉葱、油揚げ、絹さや、削り節だし、味噌。
	バナナきな粉・牛乳	バナナ、きな粉、砂糖。牛乳。

※午前おやつとして牛乳が出ます。

風の丘・上大岡東保育園

令和6年度12月 離乳食予定献立表（12か月頃～）

日	離乳食	材 料
火 17	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	マカロニグラタン・茹でブロッコリー わかめスープ	鶏肉、玉葱、しめじ、青菜、(乾)マカロニ、バター、小麦粉、無調整豆乳、鶏がらスープの素、チーズ、塩、ブロッコリー。 わかめ、もやし、長葱、鶏がらスープの素、しょうゆ。
	きんぴらチーズごはん・お茶	七分づき米、ごぼう、人参、油、しょうゆ、砂糖、みりん、チーズ。お茶。
水 18	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	魚の味噌煮 青菜の胡麻和え・すまし汁	魚（選択）、砂糖、味噌、しょうゆ、酒、生姜。 青菜、キャベツ、人参、砂糖、しょうゆ、白ごま。麩、えのきたけ、万能葱、削り節だし、塩、しょうゆ。
	トーストパン・牛乳	食パン、バター。牛乳。
木 19	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	煮込みうどん ひじきの煮付け	干しうどん、豚肉、キャベツ、人参、削り節だし、しょうゆ。 ひじき、人参、いんげん、削り節だし、砂糖、しょうゆ。
	フルーツ芋きんとん・お茶	さつまいも、バター、砂糖、りんご、レーズン。お茶。
金 20	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	豆腐の野菜あんかけ 味噌汁	豆腐、削り節だし、こんぶ（乾）、砂糖、しょうゆ、鶏ひき肉、人参、えのきたけ、いんげん、片栗粉。 かぼちゃ、青菜、煮干しだし、味噌。
	ホットケーキ・牛乳	小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、無調整豆乳、油。牛乳。
土 21	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	ピピンパ 味噌汁	豚ひき肉、長葱、油、生姜、しょうゆ、砂糖、人参、青菜、もやし、白ごま、塩、ごま油。 じゃがいも、玉葱、わかめ、煮干しだし、味噌。
	菓子・果物・牛乳	ベビー菓子。みかん。お茶。
月 23	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	すき焼き風煮 きつねスープ	豚肉、焼き豆腐、白菜、人参、長葱、油、削り節だし、砂糖、しょうゆ。 青菜、油揚げ、えのきたけ、鶏がらスープの素、しょうゆ。
	かぼちゃきんとん・牛乳	かぼちゃ、バター、スキムミルク、砂糖、レーズン。牛乳。
火 24	ご飯・果物	七分づき米。りんご。豚肉、玉葱、人参、じゃがいも、にんにく、生姜、油、鶏がらスープの素、りんご、
	ポークカレー 白菜と人参のサラダ	はちみつ、しょうゆ、塩、こしょう、ピーマン、バター、小麦粉、カレー粉、ケチャップ、トマトピューレ、 ウスターソース、牛乳、スキムミルク。ツナ缶、白菜、人参、酢、油、砂糖、しょうゆ。
	フルーツ寒天・お茶	粉寒天、砂糖、バナナ。お茶。
水 25	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	親子煮 味噌汁	卵、鶏肉、玉葱、人参、エリンギ、白葱、油、削り節だし、砂糖、しょうゆ。 大根、しめじ、万能葱、煮干しだし、味噌。
	米粉のお芋蒸しパン・牛乳	米粉、ベーキングパウダー、砂糖、無調整豆乳、さつまいも。牛乳。
木 26	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	魚フライ 酢の物・味噌汁	魚（選択）、塩、こしょう、小麦粉、卵、パン粉、油、中濃ソース。 もやし、きゅうり、人参、砂糖、酢、しょうゆ、塩、白ごま。キャベツ、わかめ、万能葱、煮干しだし、味噌。
	グリッシーニ・お茶	小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、無調整豆乳、油、塩、粉チーズ。お茶。
金 27	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	おでん コンコン和え	鶏肉、豆腐、大根、削り節だし、酒、みりん、しょうゆ。 青菜、もやし、油揚げ、砂糖、しょうゆ。
	麩ラスク・牛乳	麩、バター、グラニュー糖。牛乳。
土 28	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
	鶏肉のうま塩煮 すまし汁	鶏肉、油、キャベツ、人参、しめじ、削り節だし、酒、塩、いんげん。 絹豆腐、青菜、削り節だし、塩、しょうゆ。
	トーストパン・お茶	食パン。バター。お茶。

※午前おやつとして牛乳が出ます。

風の丘・上大岡東保育園