

令和7年度12月 離乳食予定献立表（12か月頃～）

日	離乳食	材 料
月 1	ご飯・果物 すき焼き風煮 きつねスープ	七分づき米。りんご。 豚肉、焼き豆腐、白菜、人参、長葱、油、削り節だし、酒、みりん、砂糖、しょうゆ。 青菜、油揚げ、えのきだけ、鶏がらスープの素、しょうゆ。
	さつまいもきな粉・牛乳	さつまいも、きな粉、砂糖。牛乳。
火 2	ご飯・果物 ポークカレー 白菜とりんごのサラダ	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、ピーマン、油、鶏がらスープの素、カレー粉、ケチャップ、塩、米粉、りんご。 白菜、人参、りんご、酢、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 3	ご飯・果物 魚フライ 茹で野菜・味噌汁	七分づき米。りんご。 魚（選択）、塩、こしょう、小麦粉、卵、パン粉、油、中濃ソース。 プロッコリー、人参。キャベツ、わかめ、万能葱、煮干しだし、味噌。
	米粉のいちご蒸しパン・牛乳	米粉、ベーキングパウダー、砂糖、無調整豆乳、いちごジャム。牛乳。
木 4	ご飯・果物 とり天 酢の物・味噌汁	七分づき米。りんご。 鶏肉、酒、しょうゆ、にんにく、生姜、卵、小麦粉、片栗粉、油。 もやし、きゅうり、人参、砂糖、酢、しょうゆ、塩、白ごま。じゃがいも、青菜、煮干しだし、味噌。
	麩ラスク・牛乳	麩、バター、グラニュー糖。牛乳。
金 5	ご飯・果物 柳川風煮 だぶ汁	七分づき米。りんご。 卵、豚肉、玉葱、人参、砂糖、みりん、しょうゆ、酒、削り節だし、いんげん。 焼き豆腐、大根、人参、削り節だし、酒、みりん、しょうゆ、片栗粉。
	クラッカーチーズのせ・牛乳	クラッカー、クリームチーズ。牛乳。
土 6	ご飯・果物 鶏肉のうま塩煮 味噌汁	七分づき米。りんご。 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、煮干しだし、味噌。
	トーストパン・お茶	食パン。バター。お茶。
月 8	ご飯・果物 ポークソテー・フレンチサラダ 味噌汁	七分づき米。りんご。 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、しめじ、青菜、煮干しだし、味噌。
	菓子・果物・牛乳	ベビー菓子。みかん。牛乳。
火 9	ご飯・果物 魚の味噌煮 青菜の胡麻和え・すまし汁	七分づき米。りんご。 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、えのきだけ、万能葱、削り節だし、塩、しょうゆ。
	菓子・果物・お茶	ベビー菓子。バナナ。お茶。
水 10	ご飯・果物 鶏のトマト煮・茹でプロッコリー わかめスープ	七分づき米。りんご。 鶏肉、玉葱、キャベツ、人参、油、トマトピューレ、塩。プロッコリー。 わかめ、もやし、長葱、鶏がらスープの素、しょうゆ。
	シリリアンライス・お茶	七分づき米、豚挽肉、玉葱、にんにく、生姜、油、砂糖、しょうゆ、パブリカ(赤)、キャベツ。お茶。
木 11	ご飯・果物 煮込みうどん ひじきの煮付け	七分づき米。りんご。 干しうどん、鶏肉、青菜、えのきだけ、長葱、削り節だし、塩、しょうゆ、酒。 ひじき、人参、いんげん、削り節だし、砂糖、しょうゆ。
	茹でさつまいも・牛乳	さつまいも。牛乳。
金 12	ご飯・果物 豆腐の野菜あんかけ 味噌汁	七分づき米。りんご。 豆腐、削り節だし、こんぶ（乾）、砂糖、しょうゆ、鶏ひき肉、人参、えのきだけ、いんげん、片栗粉。 かぼちゃ、青菜、煮干しだし、味噌。
	トーストパン・牛乳	食パン、バター。牛乳。
土 13	ご飯・果物 ビビンバ 味噌汁	七分づき米。りんご。 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。
	トーストパン・お茶	食パン、バター。お茶。
月 15	ご飯・果物 すき焼き風煮 きつねスープ	七分づき米。りんご。 豚肉、焼き豆腐、白菜、人参、長葱、油、削り節だし、酒、みりん、砂糖、しょうゆ。 青菜、油揚げ、えのきだけ、鶏がらスープの素、しょうゆ。
	さつまいもきな粉・牛乳	さつまいも、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7年度12月 離乳食予定献立表（12か月頃～）

日	離乳食	材 料
火 16	ご飯・果物 ポークカレー 白菜とりんごのサラダ	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、ピーマン、油、鶏がらスープの素、カレー粉、ケチャップ、塩、米粉、りんご。 白菜、人参、りんご、酢、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 17	ご飯・果物 魚フライ 茹で野菜・味噌汁	七分づき米。りんご。 魚（選択）、塩、こしょう、小麦粉、卵、パン粉、油、中濃ソース。 ブロッコリー、人参。キャベツ、わかめ、万能葱、煮干しだし、味噌。
	米粉のいちご蒸しパン・牛乳	米粉、ベーキングパウダー、砂糖、無調整豆乳、いちごジャム。牛乳。
木 18	ご飯・果物 とり天 酢の物・味噌汁	七分づき米。りんご。 鶏肉、酒、しょうゆ、にんにく、生姜、卵、小麦粉、片栗粉、油。 もやし、きゅうり、人参、砂糖、酢、しょうゆ、塩、白ごま。じゃがいも、青菜、煮干しだし、味噌。
	麩ラスク・牛乳	麩、バター、グラニュー糖。牛乳。
金 19	ご飯・果物 柳川風煮 だぶ汁	七分づき米。りんご。 卵、豚肉、玉葱、人参、砂糖、みりん、しょうゆ、酒、削り節だし、いんげん。 焼き豆腐、大根、人参、削り節だし、酒、みりん、しょうゆ、片栗粉。
	クラッカーチーズのせ・牛乳	クラッカー、クリームチーズ。牛乳。
土 20	ご飯・果物 鶏肉のうま塩煮 味噌汁	七分づき米。りんご。 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、煮干しだし、味噌。
	トーストパン・お茶	食パン。バター。お茶。
月 22	ご飯・果物 ポークソテー・フレンチサラダ 味噌汁	七分づき米。りんご。 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、しめじ、青菜、煮干しだし、味噌。
	菓子・果物・牛乳	ベビー菓子。みかん。牛乳。
火 23	ご飯・果物 魚の味噌煮 青菜の胡麻和え・すまし汁	七分づき米。りんご。 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、えのきだけ、万能葱、削り節だし、塩、しょうゆ。
	菓子・果物・お茶	ベビー菓子。バナナ。お茶。
水 24	ご飯・果物 鶏のトマト煮・茹でブロッコリー わかめスープ	七分づき米。りんご。 鶏肉、玉葱、キャベツ、人参、油、トマトピューレ、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。
	シリリアンライス・お茶	七分づき米、豚挽肉、玉葱、にんにく、生姜、油、砂糖、しょうゆ、バブリカ(赤)、キャベツ。お茶。
木 25	ご飯・果物 煮込みうどん ひじきの煮付け	七分づき米。りんご。 干しうどん、鶏肉、青菜、えのきだけ、長葱、削り節だし、塩、しょうゆ、酒。 ひじき、人参、いんげん、削り節だし、砂糖、しょうゆ。
	茹でさつまいも・牛乳	さつまいも。牛乳。
金 26	ご飯・果物 豆腐の野菜あんかけ 味噌汁	七分づき米。りんご。 豆腐、削り節だし、こんぶ（乾）、砂糖、しょうゆ、鶏ひき肉、人参、えのきだけ、いんげん、片栗粉。 かぼちゃ、青菜、煮干しだし、味噌。
	トーストパン・牛乳	食パン、バター。牛乳。
土 27	ご飯・果物 ビビンバ 味噌汁	七分づき米。りんご。 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。
	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