

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	七分づき米。りんご。
		すき焼き風煮	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。
		きつねスープ	青菜、油揚げ、えのきたけ、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	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、
		ポークカレー	油、鶏がらスープの素、カレー粉、ケチャップ、塩、米粉、りんご。
		白菜とりんごのサラダ	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	七分づき米。りんご。
		魚フライ	魚（選択）、塩、こしょう、小麦粉、卵、パン粉、油、中濃ソース。
		茹で野菜・味噌汁	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	4	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		とり天	鶏肉、酒、しょうゆ、にんにく、生姜、卵、小麦粉、片栗粉、油。
		酢の物・味噌汁	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	七分づき米。りんご。
		柳川風煮	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。
		だぶ汁	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	七分づき米。りんご。
		鶏肉のうま塩煮	鶏肉、油、キャベツ、人参、しめじ、削り節だし、酒、塩、いんげん。
		味噌汁	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	七分づき米。りんご。
		ポークソテー・フレンチサラダ	豚肉、塩、油、しょうゆ。キャベツ、きゅうり、人参、酢、しょうゆ、油。
		味噌汁	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	七分づき米。りんご。
		魚の味噌煮	魚（選択）、砂糖、味噌、しょうゆ、酒、生姜。
		青菜の胡麻和え・すまし汁	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。
		菓子・果物・お茶	ベビー菓子。バナナ。お茶。
水	10	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		鶏のトマト煮・茹でブロッコリー	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。
		わかめスープ	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、パプリカ(赤)、キャベツ。お茶。
木	11	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		煮込みうどん	干しうどん、鶏肉、青菜、えのきたけ、長葱、削り節だし、塩、しょうゆ、酒。
		ひじきの煮付け	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	七分づき米。りんご。
		豆腐の野菜あんかけ	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。
		味噌汁	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	七分づき米。りんご。
		ビビンバ	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。
		味噌汁	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	七分づき米。りんご。
		すき焼き風煮	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。
		きつねスープ	青菜、油揚げ、えのきたけ、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	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、
		ポークカレー	油、鶏がらスープの素、カレー粉、ケチャップ、塩、米粉、りんご。
		白菜とりんごのサラダ	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	七分づき米。りんご。
		魚フライ	魚（選択）、塩、こしょう、小麦粉、卵、パン粉、油、中濃ソース。
		茹で野菜・味噌汁	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	七分づき米。りんご。
		とり天	鶏肉、酒、しょうゆ、にんにく、生姜、卵、小麦粉、片栗粉、油。
		酢の物・味噌汁	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	七分づき米。りんご。
		柳川風煮	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。
		だぶ汁	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	七分づき米。りんご。
		鶏肉のうま塩煮	鶏肉、油、キャベツ、人参、しめじ、削り節だし、酒、塩、いんげん。
		味噌汁	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	七分づき米。りんご。
		ポークソテー・フレンチサラダ	豚肉、塩、油、しょうゆ。キャベツ、きゅうり、人参、酢、しょうゆ、油。
		味噌汁	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	七分づき米。りんご。
		魚の味噌煮	魚（選択）、砂糖、味噌、しょうゆ、酒、生姜。
		青菜の胡麻和え・すまし汁	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。
		菓子・果物・お茶	ベビー菓子。バナナ。お茶。
水	24	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		鶏のトマト煮・茹でブロッコリー	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。
		わかめスープ	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、パプリカ(赤)、キャベツ。お茶。
木	25	ご飯・果物	七分づき米。りんご。
		煮込みうどん	干しうどん、鶏肉、青菜、えのきたけ、長葱、削り節だし、塩、しょうゆ、酒。
		ひじきの煮付け	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	七分づき米。りんご。
		豆腐の野菜あんかけ	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。
		味噌汁	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	七分づき米。りんご。
		ビビンバ	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。
		味噌汁	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