

## 2022年度 12月 離乳食予定献立表

		1回食(5・6か月)	2回食(7~9か月)			1回食(5・6か月)	2回食(7~9か月)
1 15	午前	重湯→7倍がゆ しらすすり流し にんじん 白菜 野菜スープ	/	8 22	午前	重湯→7倍がゆ 豆腐裏ごし さつまいも キャベツ 野菜スープ	/
	(木) 午後	/	/		(木) 午後	/	/
2 16	午前	重湯→7倍がゆ 豆腐うらごし キャベツ さつまい 野菜スープ	/	9 23	午前	重湯→7倍がゆ しらすすり流し かぼちゃ にんじん 野菜スープ	/
	(金) 午後	/	/		(金) 午後	/	/
3 17	午前	/	/	10 24	午前	/	/
	(土) 午後	/	/		(土) 午後	/	/
5 19	午前	重湯→7倍がゆ しらすすり流し ブロッコリー かぶ 野菜スープ	/	12 26	午前	重湯→7倍がゆ たらすり流し じゃが芋 ほつれん草 野菜スープ	/
	(月) 午後	/	/		(月) 午後	/	/
6 20	午前	重湯→7倍がゆ 豆腐裏ごし チンゲン菜 にんじん 野菜スープ	/	13 27	午前	重湯→7倍がゆ 豆腐裏ごし にんじん ブロッコリー 野菜スープ	/
	(火) 午後	/	/		(火) 午後	/	/
7 21	午前	重湯→7倍がゆ たらすり流し じゃがいも はくさい 野菜スープ	/	14 28	午前	重湯→7倍がゆ たらすり流し だいこん かぼちゃ 野菜スープ	/
	(水) 午後	/	/		(水) 午後	/	/

\*離乳食に使用している食材 鮭-北海道産、  
たら-北海道産、  
かじき-和歌山県産  
くだもの・野菜は東都生協のものを使用しています。

★☆今月のくだもの☆★  
バナナ、みかん、りんご

## 2022年度 12月 離乳食予定献立表

		3回食(10~12か月)	完了前期食(13~15か月)			3回食(10~12か月)	完了前期食(13~15か月)
1 15  (木)	午前	/	軟飯 みそ汁 あじのかば焼き 切干大根煮 煮野菜のおかか和え	8 22  (木)	午前	/	わかめ軟飯 みそ汁 厚揚げ炒め 春雨サラダ
	午後	/	レーズンスコーン チーズ くだもの 野菜スープ		午後	/	スイートポテト クラッカー くだもの 野菜スープ
2 16  (金)	午前	/	ゆかり軟飯 みそ汁 鶏のからあげ コールスローサラダ さつま芋煮	9 23  (金)	午前	/	カレーライス 白菜のスープ マカロニサラダ
	午後	/	マカロニきなこ レーズン くだもの 野菜スープ		午後	/	スノーボール (23日サンタパフェ) レーズン くだもの 野菜スープ
3 17  (土)	午前	/	豚汁うどん かぼちゃ揚げ フルーツヨーグルト	10 24  (土)	午前	/	ロールパン チリコンカン ブロッコリーサラダ コーンスープ
	午後	/	しらすおにぎり クラッカー くだもの 野菜スープ		午後	/	鮭おにぎり ビスケット くだもの 野菜スープ
5 19  (月)	午前	/	軟飯(納豆) みそ汁 かじき玉ねぎソース ブロッコリーピクルス 煮野菜おかか和え	12 26  (月)	午前	/	軟飯(ふりかけ) みそ汁 鮭ポテトグラタン ほうれん草ソテー
	午後	/	そぼろおにぎり チーズ くだもの 野菜スープ		午後	/	ごへいもち せんべい くだもの 野菜スープ
6 20  (火)	午前	/	軟飯 みそ汁 豚のしょうが焼き ひじき煮 まサラダ	13 27  (火)	午前	/	軟飯 みそ汁 豆腐ハンバーグ コロコロサラダ
	午後	/	ジャムサンド クラッカー くだもの 野菜スープ		午後	/	フレンチトースト 干し芋 くだもの 野菜スープ
7 21  (水)	午前	/	軟飯 みそ汁 たら磯辺揚げ 煮野菜おひたし れんこん炒め	14 28  (水)	午前	/	パリパリ春雨丼 わかめスープ 大根中華サラダ
	午後	/	あんかけそうめん せんべい くだもの 野菜スープ		午後	/	ゆうやけおにぎり クラッカー くだもの 野菜スープ

\*離乳食に使用している食材  
 鮭—北海道産、たら—北海道産  
 あじ—長崎県産、かじき—和歌山県産  
 くだもの・野菜は東都生協のものを使用しています。

☆この他に野菜スティックが付きます。  
 ☆完了前期食には毎食牛乳(温)が付きます。  
 ★☆今月のくだもの☆★  
 バナナ、みかん、りんご