

12月

▲ 保育園離乳食献立表 ▲

所沢市立保育園 2024年

日(曜)	7・8ヶ月頃		9・10・11ヶ月頃		12~18ヶ月頃	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後
2日(月)	粥 ふわふわ肉団子 キャベツのやわらか煮 かぶのすまし汁	ゆでかぼちゃ 鶏汁 煮ブルー	粥 煮込みハンバーグ キャベツサラダ かぶのみそ汁	ゆでかぼちゃ 鶏汁 煮ブルー	軟飯 煮込みハンバーグ キャベツとパインのサラダ かぶのみそ汁	ゆでかぼちゃ 鶏汁 ブルー 牛乳
3日(火)	粥 キャベツと鶏ひき肉の やわらか煮 白菜の煮びたし ほうれん草のスープ	パン粥 クリームシチュー つぶしバナナ	粥 キャベツと豚肉のソテー 白菜のおひたし ほうれん草のスープ	カリカリトースト クリームシチュー バナナ	軟飯 味噌チキンカツ 白菜のおひたし えのきのスープ	カリカリトースト クリームシチュー バナナ 牛乳
4日(水)	粥 ひじき入り ふわふわつくね煮 人参といんげんのやわらか煮 玉ねぎと麩のすまし汁	五目おじや いんげんのすまし汁 煮りんご	粥 ひじき入りつくね 人参・いんげんスティック 玉ねぎと麩のみそ汁	五目おやき いんげんのみそ汁 煮りんご	軟飯 ひじき入りつくね 五目きんぴら もやしと麩のみそ汁	五目おやき いんげんのみそ汁 煮りんご 牛乳
5日(木)	わかめうどん ツナとキャベツのやわらか煮 じゃがいものチーズ煮	そぼろ粥 キャベツのすまし汁 ほくしみかん	わかめうどん ツナサラダ じゃがいものチーズ煮	そぼろ粥 キャベツのみそ汁 みかん	カレーうどん ツナとわかめの ドレッシングあえ じゃがいものチーズ煮	そぼろおにぎり キャベツのみそ汁 みかん 牛乳
6日(金)	粥 かわいいのくす煮 人参ときゅうりのやわらか煮 小松菜と豆腐のすまし汁	ゆでさつまいも 大根のすまし汁 プラマンジェ	粥 かわいいの煮つけ 人参・きゅうりスティック 小松菜と豆腐のみそ汁	ゆでさつまいも 大根のみそ汁 プラマンジェ	軟飯 かわいいの煮つけ れんこんサラダ 小松菜と油揚げのみそ汁	ふかしいも 大根のみそ汁 プラマンジェ 牛乳
7日(土)	ミートうどん ブロッコリーのやわらか煮 じゃがいもと玉ねぎのスープ	わかめ粥 チンゲン菜のすまし汁 プレーンヨーグルト	ミートうどん 青ゆでブロッコリー じゃがいもと玉ねぎのスープ	わかめ粥 チンゲン菜のみそ汁 プレーンヨーグルト	ミートスパゲティ 青ゆでブロッコリー じゃがいもと玉ねぎのスープ	おにぎり チンゲン菜のみそ汁 プレーンヨーグルト 牛乳
9日(月)	粥 春雨と鶏肉の煮物 小松菜のしらす煮 豆腐と玉ねぎのすまし汁	きなこ粥 鶏汁 大根やわらか煮	粥 春雨と豚肉の煮物 小松菜のしらすあえ 豆腐と玉ねぎのみそ汁	きなこ粥 鶏汁 大根スティック	軟飯 豚肉とごぼうの すき焼き煮風 小松菜のしらすあえ 豆腐と玉ねぎのみそ汁	きなこおにぎり 鶏汁 大根スティック 牛乳
10日(火)	粥 鮭のおろし煮 ほうれん草のいそ煮 かぼちゃのすまし汁	バターパン粥 ミネストローネ 煮りんご	粥 鮭のおろし煮 ほうれん草のいそあえ かぼちゃのみそ汁	バタートースト ミネストローネ 煮りんご	軟飯 鮭のおろし煮 いそあえ かぼちゃのみそ汁	バタートースト ミネストローネ 煮りんご 牛乳
11日(水)	粥 豆腐の野菜あんかけ ブロッコリーのおかか煮 わかめと玉ねぎのすまし汁	パン粥 具沢山スープ ほくしみかん	粥 豆腐の野菜あんかけ ブロッコリーのおかかあえ わかめと玉ねぎのみそ汁	ホットケーキ 具沢山スープ みかん	軟飯 生揚げと野菜の みそ炒め煮 ブロッコリーのおかかあえ すまし汁	ホットケーキ 具沢山スープ みかん 牛乳
12日(木)	粥 レバーのトマト煮 ゆでかぼちゃ 小松菜と玉ねぎのすまし汁	のり粥 キャベツのすまし汁 豆腐の人参あんかけ	粥 レバーのトマト煮 ゆでかぼちゃ 小松菜と玉ねぎのみそ汁	のり粥 キャベツのみそ汁 豆腐の人参あんかけ	軟飯 レバーの甘辛だれ 豆苗ともやしのナムル えのきと玉ねぎのみそ汁	塩のおにぎり キャベツのみそ汁 豆腐の人参あんかけ 牛乳
13日(金)	粥 ふわふわ鶏団子の オニオンソースがけ ブロッコリーのおかか煮 チンゲン菜の煮びたし 大根のすまし汁	しらすパン粥 白菜のスープ プレーンヨーグルト	粥 鶏団子の オニオンソースがけ チンゲン菜のごまあえ 大根のみそ汁	じゃこトースト 白菜のスープ プレーンヨーグルト	軟飯 鶏団子の オニオンソースがけ チンゲン菜のごまあえ 大根のみそ汁	じゃこトースト 白菜のスープ プレーンヨーグルト 牛乳
14日(土)	五目うどん つぶしバナナ じゃがいものチーズ煮	人参粥 ほうれん草とツナのスープ 煮ブルー	五目うどん バナナ じゃがいものチーズ煮	人参粥 ほうれん草とツナのスープ 煮ブルー	わかめうどん バナナ じゃがいものチーズ煮	にんじんおにぎり ほうれん草とツナのスープ ブルー 牛乳
16日(月)	粥 ふわふわ鶏団子 大根と人参のやわらか煮 豆腐とわかめのすまし汁	パン粥 クリームシチュー ほくしみかん	粥 チキンハンバーグ 大根と人参の煮物 豆腐とわかめのみそ汁	カリカリトースト クリームシチュー みかん	軟飯 れんこんハンバーグ 切り干し大根のおかか煮 厚揚げとわかめのみそ汁	カリカリトースト クリームシチュー みかん 牛乳
17日(火)	粥 かわいいのくす煮 ごぼうと人参のやわらか煮 ほうれん草のすまし汁	納豆粥 鶏とかぶのすまし汁 つぶしバナナ	粥 かわいいのみそ煮 ごぼう・人参スティック ほうれん草のすまし汁	納豆粥 鶏とかぶのみそ汁 バナナ	軟飯 さばのみそ煮 ごぼうサラダ すまし汁	子ぎつねずし 鶏とかぶのみそ汁 バナナ 牛乳
18日(水)	粥 かぼちゃのクリーム煮 きゅうりとツナのやわらか煮 白菜のスープ	ゆでじゃが 春雨スープ 煮ブルー	粥 かぼちゃのクリーム煮 きゅうりとツナのサラダ 白菜のスープ	粉ふきいも 春雨スープ 煮ブルー	ミルクハヤシライス ツナサラダ 白菜のスープ	粉ふきいも 春雨スープ ブルー 牛乳
19日(木)	粥 じゃがいものそぼろ煮 きゅうりのやわらか煮 わかめと麩のすまし汁	しらす粥 チンゲン菜と豆腐の すまし汁 ほくしみかん	粥 じゃがいものそぼろ煮 きゅうりのごまあえ わかめと麩のみそ汁	しらす粥 チンゲン菜と豆腐のみそ汁 みかん	軟飯 じゃがいもと鶏肉の煮 物 ねばねばあえ わかめと油揚げのみそ汁	じゃこおにぎり チンゲン菜と豆腐のみそ汁 みかん 牛乳
20日(金)	粥 ふわふわ肉団子 ブロッコリーのコーン煮 キャベツスープ	ひじき粥 かぼちゃのすまし汁 煮りんご	粥 肉団子の甘辛煮 ブロッコリーのコーン煮 キャベツスープ	ひじき粥 かぼちゃのみそ汁 煮りんご	軟飯 からあげ ブロッコリーとコーンの サラダ マカロニスープ	ひじきごはんのおにぎり かぼちゃのみそ汁 煮りんご 牛乳
21日(土)	肉うどん プレーンヨーグルト ほくしみかん	パン粥 ミルクスープ つぶしバナナ	肉うどん プレーンヨーグルト みかん	カリカリトースト ミルクスープ バナナ	肉うどん プレーンヨーグルト みかん	カリカリトースト ミルクスープ バナナ 牛乳
23日(月)	粥 豆腐のそぼろあんかけ きゅうりのやわらか煮 もずくスープ	パン粥 キャベツとツナのスープ 煮ブルー	粥 豆腐の肉みそあんかけ きゅうりスティック もずくスープ	蒸しパン キャベツとツナのスープ 煮ブルー	軟飯 マーボー豆腐 もやしのナムル もずくスープ	蒸しパン キャベツとツナのスープ ブルー 牛乳
24日(火)	粥 鮭のくす煮 野菜のやわらか煮 大根のすまし汁	焼うどん風 さつまいものすまし汁 人参のやわらか煮	粥 鮭の煮つけ サイコロサラダ 大根のみそ汁	焼うどん さつまいものみそ汁 人参スティック	軟飯 鮭のてりやき シルバーサラダ 根菜のみそ汁	焼きそば さつまいものみそ汁 人参スティック 牛乳
25日(水)	粥 ふわふわ鶏つくね 小松菜のいそ煮 じゃがいものすまし汁	豆腐フレット粥 コーンスープ つぶしバナナ	粥 鶏つくねの甘辛煮 小松菜のいそあえ じゃがいものみそ汁	豆腐フレットのカリカリ トースト コーンスープ バナナ	軟飯 つくねの甘辛だれ 小松菜のりナムル じゃがいもとにらのみそ汁	豆腐フレッド コーンスープ バナナ 牛乳
26日(木)	粥 高野豆腐ふわふわ煮 キャベツの煮びたし かぶのすまし汁	わかめ粥 鶏汁 かぶの煮物	粥 高野豆腐の煮物 キャベツのおひたし かぶのみそ汁	わかめ粥 鶏汁 かぶの煮物	軟飯 高野豆腐の煮物 キャベツのおひたし きのこのみそ汁	塩昆布おにぎり 鶏汁 かぶの煮物 牛乳
27日(金)	粥 キャベツと鶏肉の やわらか煮 ゆでじゃがいも チンゲン菜のすまし汁	きなこ粥 ポテトスープ ほくしみかん	粥 キャベツと豚肉の炒め煮 粉ふきいも チンゲン菜のみそ汁	マカロニのきなこあえ ポテトスープ みかん	軟飯 ピーフンソテー しゅうまい チンゲン菜のみそ汁	マカロニのきなこあえ ポテトスープ みかん 牛乳
28日(土)	うどんナポリタン ジュリアンスープ 煮りんご	おおか粥 豆腐とわかめのすまし汁 人参のやわらか煮	うどんナポリタン ジュリアンスープ 煮りんご	おおか粥 豆腐とわかめのみそ汁 人参スティック	スパゲティナポリタン ジュリアンスープ 煮りんご	おおかおにぎり 豆腐とわかめのすまし汁 人参スティック 牛乳