

令和4年度



離乳食予定献立表

幼保連携型認定こども園打瀬保育園

令和4年 12月 23日発行

日	曜	献立名 (材料名)	おやつ (材料名)
4	水	お粥 味噌汁 (わかめ) 人参スティック オレンジ 鮭の照り煮 (鮭) お浸し (人参・小松菜)	青のり粥 (青のり)
5	木	お粥 清まし汁 (かぶ) 胡瓜スティック オレンジ 豚肉の味噌煮 (豚挽肉) 三色サラダ (人参・胡瓜・大根)	蒸しパン (ほうれん草)
6	金	お粥 スープ (玉葱) 人参スティック バナナ 回鍋肉風 (豚挽肉・人参・キャベツ・ピーマン・にら) 煮豆 (金時豆)	煮込みうどん (うどん・人参・玉葱)
9	月	成人の日	
10	火	お粥 清まし汁 (豆腐) 人参スティック オレンジ 鮭と野菜の和風煮 (鮭・人参・大根・白菜・小松菜)	ツナリゾット (ツナ・パセリ)
11	水	スープ (パセリ) ブロッコリースティック バナナ ナポリタン (スパゲティ・豚挽肉・人参・玉葱・ピーマン)	マッシュポテト
12	木	味噌汁 (長葱) 人参スティック みかん チキンと南瓜のリゾット (お粥・鶏挽肉・南瓜・パセリ) 磯和え (人参・小松菜・刻みのり)	☆赤ちゃんせんべい
13	金	お粥 スープ (パセリ) 胡瓜スティック バナナ ポークビーンズ (豚挽肉・人参・玉葱・大豆) トマトサラダ (トマト・わかめ・胡瓜)	手作りゼリー (りんごジュース)
16	月	お粥 スープ (玉葱) 人参スティック オレンジ 豚肉のおろし煮 (豚挽肉・大根) 煮浸し (人参・胡瓜・キャベツ)	ジャムサンド (食パン・いちごジャム)
17	火	鶏雑炊 (お粥・鶏挽肉) 人参スティック オレンジ 冬野菜の根菜汁 (人参・大根・里芋・長葱・小松菜)	ふかし芋
18	水	スープ (わかめ) 人参スティック バナナ 和風スパゲティ (スパゲティ・鶏挽肉・人参・玉葱・しめじ・パセリ) 和え物 (人参・キャベツ・ほうれん草)	鮭とさつま芋のお粥 (鮭・さつま芋)
19	木	お粥 人参スティック みかん 豚汁 (豚挽肉・人参・大根・里芋・白菜) 高野豆腐の含め煮 (高野豆腐)	☆赤ちゃんせんべい
20	金	お粥 胡瓜スティック バナナ ポトフ (鶏挽肉・人参・玉葱・じゃが芋・パセリ) コーンサラダ (人参・胡瓜・白菜・コーン)	青菜粥 (ほうれん草)
23	月	スープ (パセリ) 胡瓜スティック オレンジ トマトリゾット (お粥・鶏挽肉・人参・玉葱・トマト・パセリ) マカロニサラダ (マカロニ・人参・胡瓜・キャベツ)	さつま芋サンド (食パン・さつま芋)
24	火	お粥 清まし汁 (白菜) 人参スティック オレンジ 和風ハンバーグ (鶏挽肉・豆腐/しめじ) ほうれん草の白和え (ほうれん草・人参・豆腐)	パセリ粥 (パセリ)
25	水	スープ (チンゲン菜) 人参スティック バナナ あんかけうどん (うどん・豚挽肉・人参・白菜・しめじ・コーン)	さつま芋の甘煮
26	木	お粥 味噌汁 (大根) 人参スティック いよかん 豆腐の五目煮 (豆腐・豚挽肉・人参・玉葱・もやし・しめじ・グリーンピース)	南瓜の茶巾
27	金	お粥 スープ (玉葱) 胡瓜スティック バナナ 肉じゃが風 (豚挽肉・人参・玉葱・じゃが芋) 彩り野菜のサラダ (人参・胡瓜・大根)	手作りゼリー (りんごジュース)
30	月	お粥 味噌汁 (小松菜) 胡瓜スティック オレンジ 鶏肉と野菜の中華あんかけ (鶏挽肉・人参・小松菜・長葱)	パンプキンサンド (食パン・南瓜)
31	火	お粥 スープ (キャベツ) 人参スティック りんご 煮込みハンバーグ (豚挽肉・豆腐) ポテトサラダ (人参・胡瓜・じゃが芋)	パセリ粥 (パセリ)

* 材料の入荷状況などの都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

* 献立は、後期～完了期向けに作成してあります。

これをもとに、離乳食の進め方や食べることでできる食材などに応じて、個人別に対応しています。

* 野菜スティックは後期からです。手にもってかじる練習をしています。ご家庭でもお試しください。

☆ 印は市販品おやつを提供になります。おやつは後期からです。

