



2023年12月 どんぐりこども園 離乳食 中期・後期予定献立表



日にち	曜日	初期5～6ヶ月頃	材料	中期7～8ヶ月頃	材料	後期9～11ヶ月頃	材料	日にち	曜日	初期5～6ヶ月頃	材料	中期7～8ヶ月頃	材料	後期9～11ヶ月頃	材料
1	金					軟飯 豚肉と野菜の煮物 キャベツときゅうりのサラダ 小松菜と豆腐の味噌汁	米 豚肉・玉ねぎ・人参 キャベツ・きゅうり 小松菜・豆腐	15	金					軟飯 鶏肉の煮物 もやしと人参の納豆煮 白菜のスープ	米 鶏肉 もやし・人参・納豆 白菜
2	土					軟飯 鶏肉と野菜の煮びたし 人参と玉ねぎのすまし汁	米 鶏肉・もやし・長ねぎ 人参・玉ねぎ	16	土					軟飯 ツナと野菜の煮物 わかめの味噌汁	米 ツナ・人参・玉ねぎ わかめ
4	月					軟飯 野菜のそぼろ煮 切干大根煮 わかめと麩のスープ	米 豚肉・玉ねぎ・人参 切干大根 わかめ・麩	18	月					軟飯 麻婆豆腐 マカロニ煮 玉ねぎのすまし汁	米 豚肉・豆腐・長ねぎ マカロニ・人参 玉ねぎ
5	火					軟飯 カレイの煮つけ キャベツの煮びたし 玉ねぎの味噌汁	米 カレイ キャベツ・人参 玉ねぎ	19	火					食パン じゃが芋のそぼろクチャップ煮 野菜の煮物 人参のスープ	食パン 豚肉・じゃが芋 玉ねぎ・キャベツ 人参
6	水					食パン チキンシチュー ほうれん草の煮物	食パン 鶏肉・じゃが芋・人参 玉ねぎ・牛乳 ほうれん草	20	水					煮込みうどん さつま芋の甘煮	うどん・豚肉 もやし・キャベツ さつま芋・人参
7	木					軟飯 豚肉と高野豆腐の味噌煮 小松菜のお浸し かぼちゃのすまし汁	米 豚肉・高野豆腐 小松菜・人参・キャベツ かぼちゃ	21	木					軟飯 カレイの煮つけ 白菜のお浸し 小ねぎの味噌汁	米 カレイ 白菜・人参 小ねぎ
8	金					軟飯 肉じゃが 人参の煮物 もやしのスープ	米 豚肉・じゃが芋・玉ねぎ 人参 もやし	22	金					軟飯 鶏肉と野菜の煮物 かぼちゃの甘煮 キャベツのスープ	米 鶏肉・玉ねぎ・人参 かぼちゃ キャベツ
9	土					軟飯 鶏肉と野菜の煮つけ 高野豆腐のすまし汁	米 鶏肉・玉ねぎ・人参 高野豆腐	23	土					軟飯 そぼろ煮 野菜のすまし汁	米 鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ 人参・長ねぎ
11	月					軟飯 鶏肉のケチャップ煮 野菜の煮物 麩の味噌汁	米 鶏肉 玉ねぎ・人参 麩	25	月					軟飯 鶏肉の照り煮 スパゲティ煮 玉ねぎのスープ	米 鶏肉 スパゲティ・人参・きゅうり 玉ねぎ
12	火					軟飯 豚肉の野菜の煮びたし チンゲン菜ともやしのお浸し わかめスープ	米 豚肉・キャベツ・玉ねぎ チンゲン菜・もやし・人参・かつお節 わかめ	26	火					軟飯 野菜のそぼろ煮 ひじき煮 麩と切干大根の味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ・いんげん ひじき・人参 麩・切干大根
13	水					スープパスタ 切干大根と白菜の煮物	スパゲティ・高野豆腐 玉ねぎ・人参・ピーマン 切干大根・白菜	27	水					軟飯 チキンシチュー ビーフン煮	米 鶏肉・玉ねぎ・人参・牛乳 ビーフン・きゅうり
14	木					軟飯 鶏大根 三色お浸し 麩と長ねぎの味噌汁	米 鶏肉・大根 キャベツ・人参・もやし 麩・長ねぎ	28	木					わかめうどん かぼちゃの甘煮	うどん・豚肉・長ねぎ わかめ・白菜 かぼちゃ・人参

*材料購入の関係上、多少の変更はご了承ください。

*献立の「軟飯・全粥・つぶし粥」に使用しているお米は、国内産です。

*保育園では色々な食材を使用しております。献立表の材料名もご覧いただき、食べたことがない食材は事前にご家庭でお試しください。



ZABUDA Co., Ltd.