

# 献立表

日付	午前おやつ	献立	午後おやつ	エネルギーたんぱく質脂質/塩分( )は未満児	材 料 名				行事
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
01 木	牛乳(午前) クラッカーサンド	ごはん 鶏肉の醤油マヨ焼き にんじんと竹輪の白和え かまぼこのすまし汁	牛乳(午後) パン粉クッキー	536.5(491.4) 21.0(18.7) 20.6(19.4) 1.3(1.2)	半つき米、○薄力粉、○パン粉、○三温糖、○無塩バター、マヨネーズ、三温糖	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、木綿豆腐、ちくわ、かまぼこ、○卵、淡色みそ、○牛乳、○クリームチーズ	ほうれんそう、にんじん、たまねぎ、板こんにやく、みつば、○干しぶどう、ごま、ひじき、○ブルーベリージャム	かつお・昆布だし汁、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、食塩	
02 金	牛乳(午前) バナナ	ごはん カレー肉じゃが 和風ツナサラダ 厚揚げの味噌汁	牛乳(午後) さつまいもの白玉団子	468.8(422.7) 21.1(18.5) 13.3(12.2) 1.0(0.9)	半つき米、じゃがいも、○白玉粉、○さつまいも、三温糖、油、○三温糖、○片栗粉	○牛乳、豚肉(もも)、○木綿豆腐、生揚げ、ツナ水煮缶、淡色みそ、○牛乳	キャベツ、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、しらたき、コーン缶、グリーンピース、ごま、ひじき、○バナナ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酢、みりん、○しょうゆ、カレー粉	
03 土	牛乳(午前) さくさくヨーグルト	ごはん キャベツと厚揚げの中華炒め 春雨サラダ 豆腐の中華スープ	牛乳(午後) かぼちゃ蒸しパン	475.1(447.9) 19.2(18.6) 14.8(14.9) 0.9(0.9)	半つき米、○ホットケーキ粉、はるさめ、○油、○三温糖、三温糖、ごま油、○三温糖、○コーンフレーク	○牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、生揚げ、ツナ水煮缶、○牛乳、○ヨーグルト(無糖)	にんじん、はくさい、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、チンゲンサイ、○かぼちゃ、コーン缶、ごま	しょうゆ、鳥がらだし汁、酢、しょうゆ(うすくち)、食塩	
04 日	牛乳(午前) ビスケットのジャムのせ	ごはん 豚だれこん キャベツの昆布和え 豆腐の味噌汁	牛乳(午後) 既製品おやつ	378.8(360.2) 17.3(15.6) 11.4(11.3) 0.9(0.8)	半つき米、油、三温糖	○牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、淡色みそ、○牛乳	もやし、だいこん、にんじん、キャベツ、たまねぎ、しらたき、かぼちゃ、葉ねぎ、塩こんぶ、しょうが、○いちごジャム	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん	
05 月	牛乳(午前) バナナ	ロールパン タンドリーチキン カラフルサラダ コーンクリームスープ	牛乳(午後) おはぎ	505.2(431.0) 24.6(20.3) 15.9(13.7) 1.5(1.2)	ロールパン、○米、○もち米、薄力粉、○三温糖、無塩バター、三温糖、油	○牛乳、鶏もも肉、牛乳、○こしあん(生)、ヨーグルト(無糖)、○きな粉、○牛乳	キャベツ、たまねぎ、クリームコーン缶、ブロッコリー、カリフラワー、にんじん、しょうが、○バナナ	ケチャップ、酢、コンソメ、○食塩、食塩、パセリ粉、カレー粉	
06 火	牛乳(午前) クラッカーサンド	ごはん 豚肉の梅マヨ炒め 白菜のおかか和え 豆腐のお吸い物	牛乳(午後) 黒糖くずもち	440.1(420.3) 18.8(17.3) 12.8(13.4) 0.8(0.9)	半つき米、○黒砂糖、○片栗粉、油、マヨネーズ、○三温糖	○牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、○きな粉、かつお節、○牛乳、○クリームチーズ	はくさい、たまねぎ、もやし、にんじん、みずな、ほうれんそう、うめびしお、カットわかめ、○いちごジャム	かつお・昆布だし汁、みりん、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、食塩	
07 水	牛乳(午前) チーズトースト	ごはん 鶏レバーの旨煮 小松菜と厚揚げのお浸し 切干大根の味噌汁	牛乳(午後) スノーボールクッキー	517.8(483.1) 20.1(18.8) 20.1(20.0) 1.2(1.2)	半つき米、○薄力粉、○無塩バター、○三温糖、三温糖、○粉糖、ごま油、○食パン、○マヨネーズ	○牛乳、鶏レバー、鶏もも肉(皮付き)、生揚げ、油揚げ、淡色みそ、○牛乳、○チーズ	こまつな、はくさい、にんじん、板こんにやく、たまねぎ、ごぼう、葉ねぎ、切り干しだいこん、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん	
08 木	牛乳(午前) さつまいものきな粉和え	具沢山ラーメン 鶏ささみときゅうりの中華和え バナナ	牛乳(午後) かぼちゃマフィン	439.6(439.7) 19.7(18.3) 17.8(16.4) 1.1(0.9)	ゆで中華めん、○薄力粉、○無塩バター、○三温糖、ごま油、三温糖、○三温糖、○さつまいも	○牛乳、豚肉(もも)、鶏ささ身、○卵、○牛乳、○きな粉	バナナ、もやし、にんじん、きゅうり、○かぼちゃ、たまねぎ、キャベツ、コーン缶、ごま	しょうゆ、鳥がらだし汁、酢、食塩	
09 金	牛乳(午前) ぶどうゼリー	ごはん 焼き鮭の香味ソースがけ キャベツのさっぱり和え オニオンスープ	牛乳(午後) アップルパイ風	444.1(420.2) 20.5(20.5) 11.6(11.3) 1.1(1.0)	半つき米、○ぎょうざの皮、○三温糖、三温糖、○無塩バター、薄力粉、ごま油、○三温糖	○牛乳、さけ、ベーコン、○牛乳、○ゼラチン	○りんご、キャベツ、もやし、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、コーン缶、葉ねぎ、ひじき、レモン果汁、しょうが、○ぶどうジュース	しょうゆ、酢、コンソメ、食塩	
10 土	牛乳(午前) ジャムサンドイッチ	ごはん 豚肉と野菜のしょうが焼き 小松菜のごま和え 油揚げの味噌汁	牛乳(午後)、わかめおにぎり	490.1(449.4) 19.7(17.8) 12.8(12.1) 1.1(1.0)	半つき米、○半つき米、じゃがいも、油、三温糖、○サンドイッチパン	○牛乳、豚肉(もも)、油揚げ、淡色みそ、○しらす干し、○牛乳	もやし、にんじん、たまねぎ、こまつな、ピーマン、えのきたけ、葉ねぎ、ごま、しょうが、○ごま、○いちごジャム	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん	参観日
11 日	牛乳(午前) ピザ風クラッカー	ごはん 鶏肉と里芋の煮物 ごま酢和え さつまいもの味噌汁	牛乳(午後) 既製品おやつ	390.3(355.9) 17.3(15.8) 10.2(10.3) 1.0(1.0)	半つき米、さつまいも、さつまいも、三温糖、油	○牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、ツナ水煮缶、淡色みそ、○牛乳、○チーズ	にんじん、ほうれんそう、たまねぎ、だいこん、白ネギ、しいたけ、切り干しだいこん、ごま、カットわかめ、○コーン缶	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、酢、食塩、○ケチャップ	
12 月	牛乳(午前) じゃがバター	キーマカレー ごぼうサラダ バナナ	牛乳(午後) 麩ラスク	484.0(444.1) 17.0(15.6) 20.2(18.5) 1.1(0.9)	半つき米、○無塩バター、○焼ふ、○三温糖、マヨネーズ、油、○無塩バター、○じゃがいも	○牛乳、豚ひき肉、大豆水煮缶、ちくわ、○牛乳	バナナ、にんじん、キャベツ、たまねぎ、ごぼう、きゅうり、トマトピューレ、ごま	カレールウ、中濃ソース、コンソメ、しょうゆ、○食塩	
13 火	牛乳(午前) バナナ	ごはん 鶏肉のねぎみそ焼き ほうれん草の煮浸し 玉ねぎのお吸い物	牛乳(午後) じゃがいももち	446.9(401.4) 19.1(16.6) 16.4(14.4) 1.4(1.1)	半つき米、○じゃがいも、○片栗粉、○マヨネーズ、三温糖	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、油揚げ、○粉チーズ、淡色みそ、○牛乳	ほうれんそう、にんじん、たまねぎ、白ネギ、しいたけ、切り干しだいこん、カットわかめ、○バナナ	かつお・昆布だし汁、みりん、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、食塩、○食塩	
14 水	牛乳(午前) ビスケットのジャムのせ	ごはん すき焼き風 大根の酢の物 さつまいもの味噌汁	牛乳(午後) ブリト一風	498.1(447.3) 22.5(19.4) 15.7(14.4) 1.4(1.2)	半つき米、さつまいも、○ぎょうざの皮、三温糖、油	○牛乳、豚肉(もも)、生揚げ、○スライスチーズ、○ハム、油揚げ、しらす干し、淡色みそ、○牛乳	だいこん、にんじん、はくさい、たまねぎ、きゅうり、しめじ、えのきたけ、白ネギ、しらたき、カットわかめ、○いちごジャム	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、酢、食塩	
15 木	牛乳(午前) ブルーベリーヨーグルト	ロールパン カレーのパン粉焼き ほうれん草のソテー ベーコンときのこのスープ	牛乳(午後) ツナこんおにぎり	473.2(424.8) 24.9(24.0) 16.8(16.1) 2.1(1.8)	ロールパン、○半つき米、パン粉、無塩バター	○牛乳、かえい、ベーコン、○ツナ水煮缶、粉チーズ、○牛乳、○ヨーグルト(無糖)	ほうれんそう、にんじん、もやし、たまねぎ、しめじ、えのきたけ、コーン缶、○塩こんぶ、○ごま、○ブルーベリージャム	ケチャップ、しょうゆ、コンソメ、○しょうゆ、食塩、パセリ粉	
16 金	牛乳(午前) 大学かぼちゃ	ごはん 筑前煮 キャベツの昆布和え じゃがいもの味噌汁	牛乳(午後) りんごと紅茶のケーキ	522.6(480.1) 18.6(16.9) 20.3(17.9) 1.1(0.9)	半つき米、じゃがいも、○薄力粉、○無塩バター、○三温糖、油、三温糖、○三温糖	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、○卵、油揚げ、淡色みそ、○牛乳	にんじん、もやし、キャベツ、れんこん、たまねぎ、ごぼう、○りんご、板こんにやく、葉ねぎ、しいたけ、塩こんぶ、○黒ごま、○かぼちゃ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん	
17 土	牛乳(午前) バナナ	ごはん チャプチェ もやしナムル 中華スープ	牛乳(午後) きなこもち	469.0(422.9) 19.5(17.2) 14.3(13.0) 0.8(0.7)	半つき米、○片栗粉、はるさめ、○三温糖、ごま油、三温糖	○牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、○きな粉、○牛乳	もやし、にんじん、たまねぎ、きゅうり、にら、しいたけ、エリンギ、ごま、カットわかめ、○バナナ	しょうゆ、鳥がらだし汁、食塩	
18 日	牛乳(午前) クラッカーサンド	ごはん 炒り鶏 もやしとひじきのごま和え かぼちゃの味噌汁	牛乳(午後) 既製品おやつ	391.4(381.3) 15.8(14.9) 12.8(13.4) 1.0(1.0)	半つき米、さつまいも、三温糖、油	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、木綿豆腐、油揚げ、淡色みそ、○牛乳、○クリームチーズ	もやし、にんじん、かぼちゃ、ほうれんそう、たまねぎ、板こんにやく、しいたけ、ごま、ひじき、カットわかめ、○いちごジャム	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん	
19 月	牛乳(午前) さくさくヨーグルト	ロールパン ポークビーンズ コールスローサラダ 大根のコンソメスープ	牛乳(午後) カレーピラフおにぎり	476.9(430.8) 19.8(18.5) 16.4(15.6) 2.2(1.8)	ロールパン、○半つき米、じゃがいも、マヨネーズ、油、三温糖、○無塩バター、○三温糖、○コーンフレーク	○牛乳、豚肉(もも)、大豆水煮缶、○豚ひき肉、○牛乳、○ヨーグルト(無糖)	にんじん、たまねぎ、キャベツ、だいこん、○たまねぎ、しめじ、○にんじん、トマトピューレ、コーン缶、○コーン缶、○グリーンピース(冷凍)	ケチャップ、コンソメ、○コンソメ、食塩、○カレー粉	
20 火	牛乳(午前) おさつバター	ごはん レバニラ炒め パンサンスー わかめスープ	牛乳(午後) マカロニきな粉	444.5(431.3) 21.4(18.9) 13.0(12.8) 0.8(0.7)	半つき米、○マカロニ、はるさめ、○三温糖、ごま油、三温糖、○無塩バター、○さつまいも	○牛乳、鶏レバー、鶏もも肉、卵、ハム、○きな粉、○牛乳	たまねぎ、にんじん、きゅうり、もやし、白ネギ、にら、ごま、カットわかめ	鳥がらだし汁、酢、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、オイスターソース、食塩、おろししょうが、○食塩	
21 水	牛乳(午前) ビスケットのジャムのせ	ごはん 鶏と高野豆腐の卵とじ きゅうりの酢の物 ちくわのお吸い物	牛乳(午後) かぼちゃドーナツ	524.2(476.6) 20.8(18.4) 17.4(16.0) 1.3(1.1)	半つき米、○薄力粉、○三温糖、○油、三温糖、油	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、ちくわ、卵、○卵、しらす干し、凍り豆腐、○牛乳	たまねぎ、○かぼちゃ、もやし、にんじん、きゅうり、しいたけ、こまつな、ひじき、カットわかめ、○いちごジャム	かつお・昆布だし汁、酢、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、食塩	
22 木	牛乳(午前) バナナ	ごはん 鮭の塩焼き ひじきの煮物 さつまいもの味噌汁	牛乳(午後) 焼きビーフン	456.2(422.5) 22.8(21.6) 13.2(12.4) 1.3(1.1)	半つき米、さつまいも、○ビーフン、油、○ごま油、三温糖	○牛乳、さけ、○豚肉(もも)、ちくわ、油揚げ、淡色みそ、○牛乳	にんじん、たまねぎ、○キャベツ、○にんじん、○たまねぎ、○ピーマン、ひじき、カットわかめ、○バナナ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、○しょうゆ、みりん、○鳥がらだし汁、食塩、○食塩	

# 献立表

日付	午前おやつ	献立	午後おやつ	エネルギーたんぱく質脂質/塩分( )は未満児	材 料 名				行事
					◎は10時おやつ ○は午後おやつ				
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
23 金	牛乳(午前) オレンジゼリー	ケチャップライス クリスマスケーキ コロコロサラダ ポトフ	牛乳(午後) クリスマスクッキー	562.4(497.1) 22.2(19.7) 21.3(18.5) 1.9(1.5)	半つき米、○薄力粉、じゃがいも、○無塩バター、コーンフレーク、○三温糖、マヨネーズ、三温糖、油、◎三温糖	○牛乳、鶏もも肉、ウインナーソーセージ、○卵、かつお節、◎牛乳、◎ゼラチン	だいこん、きゅうり、たまねぎ、にんじん、キャベツ、コーン缶、グリーンピース、◎オレンジジュース	ケチャップ、コンソメ、酢、しょうゆ(うすくち)、食塩、カレー粉	クリスマス会
24 土	牛乳(午前) ジャムサンドイッチ	ごはん 豚ニラもやし中華炒め キクラゲの中華サラダ 豆乳スープ	牛乳(午後) じゃこマヨクラッカー	522.8(475.5) 22.4(20.0) 18.8(16.9) 1.9(1.6)	半つき米、はるさめ、○マヨネーズ、三温糖、ごま油、◎サンドイッチパン	○牛乳、豆乳、豚肉(もも)、ハム、ベーコン、○しらす干し、○チーズ、◎牛乳	もやし、にんじん、きゅうり、たまねぎ、キャベツ、にら、○コーン缶、コーン缶、黒きくらげ、○ごま、◎いちごジャム	しょうゆ、鳥がらだし汁、酢、コンソメ、食塩	
25 日	牛乳(午前) ピザ風クラッカー	ごはん 肉豆腐 もやしのごま和え さつまいもの味噌汁	牛乳(午後) 既製品おやつ	398.7(362.6) 17.1(15.7) 11.7(11.5) 1.0(1.0)	半つき米、さつまいも、三温糖、油	○牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、淡色みそ、◎牛乳、◎チーズ	もやし、にんじん、キャベツ、はくさい、たまねぎ、しらたき、白ネギ、コーン缶、ごま、カットわかめ、◎コーン缶	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、みりん、◎ケチャップ	
26 月	牛乳(午前) じゃがバター	こんこんごはん しろくまさんの肉巻き 白菜としらすの和え物 竹輪の味噌汁	牛乳(午後) お誕生日ケーキ(いよかん)	508.3(473.5) 19.6(18.2) 20.6(20.3) 1.7(1.4)	半つき米、じゃがいも、○三温糖、○薄力粉、三温糖、◎無塩バター、◎じゃがいも	○牛乳、豚肉(ばら)、○卵、○生クリーム、ちくわ、鶏もも肉、しらす干し、油揚げ、淡色みそ、かつお節、◎牛乳	はくさい、にんじん、グリーンアスパラガス、きゅうり、たまねぎ、だいこん、◎いよかん、葉ねぎ、れんこん、コーン缶、こんぶ(だし用)	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、酒、しょうゆ(うすくち)、◎食塩	誕生会
27 火	牛乳(午前) さくさくヨーグルト	ごはん カレーの胡麻みそ焼き 春菊のごま醤油和え 豚汁	牛乳(午後) ピザトースト	453.8(448.5) 25.0(25.2) 14.0(14.5) 1.4(1.4)	半つき米、○食パン、さといも、三温糖、油、◎三温糖、◎コーンフレーク	○牛乳、かたまり、豚肉(もも)、ハム、油揚げ、○ベーコン、○チーズ、淡色みそ、かつお節、◎牛乳、◎ヨーグルト(無糖)	もやし、はくさい、にんじん、しゅんぎく、白ネギ、◎たまねぎ、だいこん、えのきたけ、板こんにやく、○コーン缶、ごま	かつお・昆布だし汁、○ケチャップ、しょうゆ、みりん	
28 水	牛乳(午前) クラッカーサンド	年越しうどん かぼちゃのそぼろ煮 大根と水菜のサラダ バナナ	牛乳(午後) ぜんざい	450.0(430.6) 20.5(18.7) 14.7(14.9) 1.8(1.6)	ゆでうどん、○白玉粉、三温糖、マヨネーズ、○三温糖、油	○牛乳、豚肉(もも)、鶏ひき肉、○ゆであずき缶、○木綿豆腐、ハム、油揚げ、◎牛乳、◎クリームチーズ	かぼちゃ、だいこん、にんじん、バナナ、みずな、白ネギ、たまねぎ、コーン缶、葉ねぎ、カットわかめ、◎ブルーベリージャム	かつお・昆布だし汁、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、みりん、食塩、○食塩	
29 木	牛乳(午前) バナナ	ごはん 豚肉と根菜の旨煮 もやしのごま和え とろろ昆布のすまし汁	牛乳(午後) スイートポテト	460.0(415.6) 17.2(15.4) 12.2(11.4) 1.0(0.9)	半つき米、○さつまいも、じゃがいも、○三温糖、三温糖、油、○無塩バター	○牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、◎牛乳	もやし、にんじん、はくさい、たまねぎ、れんこん、ごぼう、みつば、コーン缶、とろろこんぶ、ごま、◎バナナ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、しょうゆ(うすくち)、食塩	
30 金	牛乳(午前) ビスケットのジャムのせ	ごはん 鶏肉と野菜の甘酢炒め きゅうりのおかか和え さつまいもの味噌汁	牛乳(午後) 豆乳ジャム蒸しパン	485.7(445.8) 16.3(14.8) 15.4(14.4) 1.0(0.9)	半つき米、さつまいも、○ホットケーキ粉、○油、油、三温糖、片栗粉	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、○豆乳、淡色みそ、かつお節、◎牛乳	にんじん、たまねぎ、きゅうり、キャベツ、だいこん、ピーマン、◎いちごジャム、カットわかめ、◎いちごジャム	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酢、おろししょうが	
31 土	牛乳(午前) ピザ風クラッカー	ごはん 鶏肉のケチャップ炒め キャベツと大根のサラダ コンソメスープ	牛乳(午後) コーンおにぎり	488.3(434.3) 18.8(17.0) 13.1(12.6) 1.2(1.2)	半つき米、○半つき米、じゃがいも、マヨネーズ、油、○無塩バター	○牛乳、鶏もも肉、しらす干し、◎牛乳、◎チーズ	キャベツ、たまねぎ、にんじん、だいこん、しめじ、エリンギ、えのきたけ、○コーン缶、◎コーン缶	ケチャップ、酢、コンソメ、○しょうゆ、しょうゆ、○酒、○みりん、食塩、◎ケチャップ	

3歳以上児は朝おやつがありません。  
また、仕入れの都合により一部献立を変更させていただく場合がございます。

# 12月の離乳食 初期（ごっくん）



日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				粥 人参 玉ねぎ	粥 じゃが芋 ほうれん草	粥 キャベツ 人参
4	5	6	7	8	9	10
粥 人参 大根	粥 玉ねぎ ブロッコリー	粥 ほうれん草 人参	粥 大根 小松菜	粥 人参 きゅうり	粥 ブロッコリー 玉ねぎ	粥 小松菜 人参
11	12	13	14	15	16	17
粥 大根 ほうれん草	粥 人参 玉ねぎ	粥 ほうれん草 人参	粥 さつま芋 白菜	粥 人参 ほうれん草	粥 じゃが芋 キャベツ	粥 玉ねぎ 人参
18	19	20	21	22	23	24
粥 ほうれん草 人参	粥 人参 じゃが芋	粥 きゅうり 人参	粥 小松菜 玉ねぎ	粥 人参 さつま芋	粥 じゃが芋 キャベツ	粥 玉ねぎ 人参
25	26	27	28	29	30	31
粥 人参 白菜	粥 じゃが芋 きゅうり	粥 大根 人参	粥 かぼちゃ 玉ねぎ	粥 人参 じゃが芋	粥 きゅうり 人参	粥 大根 人参

# 12月の離乳食 中期（もぐもぐ）



日付	曜日	給食		午後のおやつ
		献立名	原材料名	献立名 原材料
1	木	粥	米	バナナ
		ささみの煮物	ささみミンチ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮	人参・だし	
		玉ねぎのすまし汁	玉ねぎ・ほうれん草・だし・醤油	
2	金	粥	米	蒸しさつまいも
		豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	
		野菜のだし煮	じゃが芋・人参・だし	
		ほうれん草の味噌汁	ほうれん草・玉ねぎ・キャベツ・だし・味噌	
3	土	粥	米	蒸しかぼちゃ
		ささみの煮物	ささみミンチ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮	人参・きゅうり・だし	
		チンゲン菜のスープ	チンゲン菜・玉ねぎ・キャベツ・白菜・醤油	
4	日	粥	米	既製品おやつ
		豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	
		野菜のだし煮	大根・人参・だし	
		キャベツの味噌汁	キャベツ・玉ねぎ・だし・味噌	
5	月	粥	米	だし粥
		ささみの煮物	ささみミンチ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮	ブロッコリー・人参・だし	
		玉ねぎのスープ	玉ねぎ・キャベツ・醤油	
6	火	粥	米	ヨーグルト
		豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	
		野菜のだし煮	人参・だし	
		白菜のお吸い物	白菜・玉ねぎ・ほうれん草・だし・醤油	
7	水	粥	米	バナナ
		ささみの煮物	ささみミンチ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮	人参・大根・だし	
		小松菜の味噌汁	小松菜・白菜・玉ねぎ・だし・味噌	
8	木	粥	米	蒸しかぼちゃ
		ささみの煮物	鶏ささみ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮	人参・きゅうり・だし	
		玉ねぎのスープ	玉ねぎ・キャベツ・醤油	
9	金	粥	米	りんごのコンポート
		カレイのトロトロ煮	カレイ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮	人参・ブロッコリー・だし	
		オニオンスープ	玉ねぎ・キャベツ・醤油	
10	土	粥	米・しらす干し	だし粥
		野菜のだし煮	人参・じゃが芋・だし	
		小松菜の味噌汁	小松菜・玉ねぎ・だし・味噌	
11	日	粥	米	既製品おやつ
		豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	
		野菜のだし煮	人参・大根・だし	
		ほうれん草の味噌汁	ほうれん草・玉ねぎ・だし・味噌	
12	月	粥	米	だし粥
		ささみの煮物	ささみミンチ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮	人参・きゅうり・だし	
		キャベツスープ	キャベツ・玉ねぎ・醤油	
13	火	粥	米	ふかし芋
		ささみの煮物	ささみミンチ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮	人参・大根・だし	
		玉ねぎのお吸い物	玉ねぎ・ほうれん草・だし・醤油	
14	水	粥	米・しらす干し	バナナ
		野菜のだし煮	きゅうり・人参・大根・さつまいも・だし	
		白菜の味噌汁	白菜・玉ねぎ・だし・味噌	
15	木	粥	米	だし粥
		カレイのトロトロ煮	カレイ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮	人参・だし	
		玉ねぎのスープ	玉ねぎ・ほうれん草・醤油	

日付	曜日	給食		午後のおやつ
		献立名	原材料名	献立名 原材料
16	金	粥	米	りんごのコンポート
		ささみの煮物	ささみミンチ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮	人参・じゃが芋・だし	
		キャベツの味噌汁	キャベツ・玉ねぎ・だし・味噌	
17	土	粥	米	だし粥
		豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	米・だし
		野菜のだし煮	人参・きゅうり・だし	
		玉ねぎのスープ	玉ねぎ・醤油	
18	日	粥	米	既製品おやつ
		豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	
		野菜のだし煮	人参・だし	
		ほうれん草の味噌汁	ほうれん草・玉ねぎ・だし・味噌	
19	月	粥	米	人参粥
		ささみの煮物	ささみミンチ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	米・人参
		野菜のだし煮	じゃが芋・人参・大根・だし	
		キャベツのスープ	キャベツ・玉ねぎ・醤油	
20	火	粥	米	バナナ
		ささみの煮物	ささみミンチ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	バナナ
		野菜のだし煮	人参・きゅうり・だし	
		玉ねぎのスープ	玉ねぎ・醤油	
21	水	しらす粥	米・しらす干し	蒸しかぼちゃ
		野菜のだし煮	人参・きゅうり・だし	かぼちゃ
		小松菜のお吸い物	小松菜・玉ねぎ・だし・醤油	
		粥	米	野菜粥
22	木	カレイのトロトロ煮	カレイ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	米・キャベツ・人参
		野菜のだし煮	人参・さつま芋・だし	
		玉ねぎの味噌汁	玉ねぎ・だし・味噌	
		粥	米	
23	金	粥	米	バナナ
		ささみの煮物	ささみミンチ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	バナナ
		野菜のだし煮	人参・大根・きゅうり・じゃが芋・だし	
		キャベツのスープ	キャベツ・玉ねぎ・醤油	
24	土	しらす粥	米・しらす干し	だし粥
		野菜のだし煮	人参・きゅうり・だし	米・だし
		玉ねぎのスープ	玉ねぎ・キャベツ・醤油	
		粥	米	既製品おやつ
25	日	豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	バナナ
		野菜のだし煮	人参・だし	
		白菜の味噌汁	白菜・キャベツ・玉ねぎ・だし・味噌	
		しらす粥	米・しらす干し	
26	月	野菜のだし煮	大根・じゃが芋・人参・きゅうり・だし	バナナ
		玉ねぎの味噌汁	玉ねぎ・白菜・だし・味噌	バナナ
		粥	米	スティックパン
		カレイのトロトロ煮	カレイ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	食パン
野菜のだし煮	人参・大根・だし			
白菜の味噌汁	白菜・だし・味噌			
28	水	粥	米	だし粥
		豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	米・だし
		野菜のだし煮	人参・かぼちゃ・大根・だし	
		玉ねぎのお吸い物	玉ねぎ・だし・醤油	
29	木	粥	米	蒸しさつまいも
		豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	さつま芋
		野菜のだし煮	人参・じゃが芋・だし	
		白菜のお吸い物	白菜・玉ねぎ・だし・醤油	
30	金	粥	米	バナナ
		ささみの煮物	ささみミンチ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	バナナ
		野菜のだし煮	人参・きゅうり・大根・だし	
		キャベツの味噌汁	キャベツ・玉ねぎ・だし・味噌	
31	土	しらす粥	米・しらす干し	だし粥
		野菜のだし煮	人参・大根・だし	米・だし
		キャベツのスープ	キャベツ・玉ねぎ・醤油	
		粥	米	

# 12月の離乳食 後期（かみかみ）



日付	曜日	午前のおやつ	給食		午後のおやつ
		献立名 原材料	献立名	原材料名	献立名 原材料
1	木	既製品おやつ	粥/軟飯 グリルチキン 野菜のだし煮 玉ねぎのすまし汁	米 鶏肉・塩 人参・だし 玉ねぎ・ほうれん草・だし・醤油	バナナ  バナナ
		バナナ バナナ	粥/軟飯 豚肉の煮物 野菜のだし煮 ほうれん草の味噌汁	米 豚肉・だし・三温糖・醤油 じゃが芋・人参・だし ほうれん草・玉ねぎ・キャベツ・だし・味噌	蒸しさつまいも  さつまい
2	金	ヨーグルト	粥/軟飯 鶏肉の煮物 野菜のだし煮 チンゲン菜のスープ	米 鶏肉・だし・三温糖・醤油 人参・きゅうり・だし チンゲン菜・玉ねぎ・キャベツ・白菜・醤油	蒸しかぼちゃ  かぼちゃ
		ヨーグルト・三温糖	粥/軟飯 豚肉の煮物 野菜のだし煮 キャベツの味噌汁	米 豚肉・だし・三温糖・醤油 大根・人参・だし キャベツ・玉ねぎ・だし・味噌	既製品おやつ
3	土	蒸しかぼちゃ	粥/軟飯 鶏肉の煮物 野菜のだし煮 小松菜の味噌汁	米 鶏肉・だし・三温糖・醤油 人参・大根・だし 小松菜・白菜・玉ねぎ・だし・味噌	バナナ  バナナ
		かぼちゃ	粥/軟飯 豚肉の煮物 野菜のだし煮 キャベツの味噌汁	米 豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・大根・だし キャベツ・玉ねぎ・だし・味噌	だし粥  米・だし
4	日	バナナ	粥/軟飯 グリルチキン 野菜のだし煮 玉ねぎのスープ	米 鶏肉・塩 ブロッコリー・人参・だし 玉ねぎ・キャベツ・醤油	バナナ  バナナ
		バナナ	粥/軟飯 豚肉の煮物 野菜のだし煮 白菜のお吸い物	米 豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・だし 白菜・玉ねぎ・ほうれん草・だし・醤油	ヨーグルト  ヨーグルト・三温糖
5	月	既製品おやつ	粥/軟飯 鶏肉の煮物 野菜のだし煮 小松菜の味噌汁	米 鶏肉・だし・三温糖・醤油 人参・大根・だし 小松菜・白菜・玉ねぎ・だし・味噌	バナナ  バナナ
		スティックパン 食パン	粥/軟飯 豚肉の煮物 野菜のだし煮 小松菜の味噌汁	米 豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・じゃが芋・だし 小松菜・玉ねぎ・だし・味噌	バナナ  バナナ
6	火	蒸しさつまいも	粥/軟飯 豚肉の煮物 野菜のだし煮 玉ねぎのスープ	米 豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・きゅうり・だし 玉ねぎ・キャベツ・醤油	蒸しかぼちゃ  かぼちゃ
		さつまいも	粥/軟飯 鶏肉の煮物 野菜のだし煮 オニオンスープ	米 鶏肉・だし・三温糖・醤油・片栗粉 人参・ブロッコリー・だし 玉ねぎ・キャベツ・醤油	りんごのコンポート  りんご・三温糖
7	水	ヨーグルト	粥/軟飯 鮭のトロトロ煮 野菜のだし煮 オニオンスープ	米 鮭・だし・三温糖・醤油・片栗粉 人参・ブロッコリー・だし 玉ねぎ・キャベツ・醤油	りんごのコンポート  りんご・三温糖
		ヨーグルト・三温糖	粥/軟飯 豚肉の煮物 野菜のだし煮 小松菜の味噌汁	米 豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・じゃが芋・だし 小松菜・玉ねぎ・だし・味噌	バナナ  バナナ
8	木	スティックパン	粥/軟飯 豚肉の煮物 野菜のだし煮 小松菜の味噌汁	米 豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・じゃが芋・だし 小松菜・玉ねぎ・だし・味噌	バナナ  バナナ
		食パン	粥/軟飯 鶏肉の煮物 野菜のだし煮 ほうれん草の味噌汁	米 鶏肉・だし・三温糖・醤油 人参・大根・だし ほうれん草・玉ねぎ・だし・味噌	蒸しかぼちゃ  かぼちゃ
9	金	蒸しさつまいも	粥/軟飯 豚肉の煮物 野菜のだし煮 玉ねぎのスープ	米 豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・きゅうり・だし 玉ねぎ・キャベツ・醤油	蒸しかぼちゃ  かぼちゃ
		さつまいも	粥/軟飯 鶏肉の煮物 野菜のだし煮 ほうれん草の味噌汁	米 鶏肉・だし・三温糖・醤油 人参・大根・だし ほうれん草・玉ねぎ・だし・味噌	既製品おやつ
10	土	ふかし芋	粥/軟飯 豚肉の煮物 野菜のだし煮 キャベツスープ	米 豚挽肉・だし・三温糖・醤油 人参・きゅうり・だし キャベツ・玉ねぎ・醤油	だし粥  米・だし
		じゃが芋・塩	粥/軟飯 グリルチキン 野菜のだし煮 玉ねぎのお吸い物	米 鶏肉・塩 人参・大根・だし 玉ねぎ・ほうれん草・だし・醤油	バナナ  バナナ
11	日	バナナ	粥/軟飯 グリルチキン 野菜のだし煮 玉ねぎのお吸い物	米 鶏肉・塩 人参・大根・だし 玉ねぎ・ほうれん草・だし・醤油	バナナ  バナナ
		バナナ	粥/軟飯 豚肉の煮物 野菜のだし煮 白菜の味噌汁	米 豚肉・だし・三温糖・醤油 きゅうり・人参・大根・さつまいも・だし 白菜・玉ねぎ・だし・味噌	バナナ  バナナ
12	月	既製品おやつ	粥/軟飯 豚肉の煮物 野菜のだし煮 白菜の味噌汁	米 豚肉・だし・三温糖・醤油 きゅうり・人参・大根・さつまいも・だし 白菜・玉ねぎ・だし・味噌	バナナ  バナナ
		バナナ	粥/軟飯 カレーのトロトロ煮 野菜のだし煮 玉ねぎのスープ	米 カレー・だし・三温糖・醤油・片栗粉 人参・だし 玉ねぎ・ほうれん草・醤油	バナナ  バナナ
13	火	ヨーグルト	粥/軟飯 カレーのトロトロ煮 野菜のだし煮 玉ねぎのスープ	米 カレー・だし・三温糖・醤油・片栗粉 人参・だし 玉ねぎ・ほうれん草・醤油	バナナ  バナナ
		ヨーグルト・三温糖	粥/軟飯 豚肉の煮物 野菜のだし煮 玉ねぎのスープ	米 豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・だし 玉ねぎ・ほうれん草・醤油	バナナ  バナナ
14	水	バナナ	粥/軟飯 豚肉の煮物 野菜のだし煮 玉ねぎのスープ	米 豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・だし 玉ねぎ・ほうれん草・醤油	バナナ  バナナ
		バナナ	粥/軟飯 鶏肉の煮物 野菜のだし煮 ほうれん草の味噌汁	米 鶏肉・だし・三温糖・醤油 人参・大根・だし ほうれん草・玉ねぎ・だし・味噌	バナナ  バナナ
15	木	既製品おやつ	粥/軟飯 鶏肉の煮物 野菜のだし煮 ほうれん草の味噌汁	米 鶏肉・だし・三温糖・醤油 人参・大根・だし ほうれん草・玉ねぎ・だし・味噌	バナナ  バナナ
		バナナ	粥/軟飯 豚肉の煮物 野菜のだし煮 玉ねぎのスープ	米 豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・だし 玉ねぎ・ほうれん草・醤油	バナナ  バナナ

日付	曜日	午前のおやつ	給食		午後のおやつ
		献立名 原材料	献立名	原材料名	献立名 原材料
16	金	蒸しかぼちゃ	粥／軟飯	米	りんごのコンポート
		かぼちゃ	鶏肉の煮物 野菜のだし煮 キャベツの味噌汁	鶏肉・だし・三温糖・醤油 人参・じゃが芋・だし キャベツ・玉ねぎ・だし・味噌	
17	土	バナナ	粥／軟飯	米	だし粥
		バナナ	豚肉の煮物 野菜のだし煮 玉ねぎのスープ	豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・きゅうり・だし 玉ねぎ・醤油	米・だし
18	日	蒸しかぼちゃ	粥／軟飯	米	既製品おやつ
		かぼちゃ	鶏肉の煮物 野菜のだし煮 ほうれん草の味噌汁	鶏肉・だし・三温糖・醤油 人参・だし ほうれん草・玉ねぎ・だし・味噌	
19	月	ヨーグルト	粥／軟飯	米	人参粥
		ヨーグルト・三温糖	豚肉の煮物 野菜のだし煮 キャベツのスープ	豚肉・だし・三温糖・醤油 じゃが芋・人参・大根・だし キャベツ・玉ねぎ・醤油	米・人参
20	火	蒸しさつまいも	粥／軟飯	米	バナナ
		さつまいも	鶏肉の煮物 野菜のだし煮 玉ねぎのスープ	鶏肉・だし・三温糖・醤油 人参・きゅうり・だし 玉ねぎ・醤油	バナナ
21	水	既製品おやつ	粥／軟飯	米	蒸しかぼちゃ
			鶏肉の煮物 野菜のだし煮 小松菜のお吸い物	鶏肉・だし・三温糖・醤油 人参・きゅうり・だし 小松菜・玉ねぎ・だし・醤油	かぼちゃ
22	木	バナナ	粥／軟飯	米	野菜粥
		バナナ	鮭のトロトロ煮 野菜のだし煮 玉ねぎの味噌汁	鮭・だし・三温糖・醤油・片栗粉 人参・さつま芋・だし 玉ねぎ・だし・味噌	米・キャベツ・人参
23	金	ヨーグルト	粥／軟飯	米	バナナ
		ヨーグルト・三温糖	グリルチキン 野菜のだし煮 キャベツのスープ	鶏肉・塩 人参・大根・きゅうり・じゃが芋・だし キャベツ・玉ねぎ・醤油	バナナ
24	土	スティックパン	粥／軟飯	米	だし粥
		食パン	豚肉の煮物 野菜のだし煮 玉ねぎのスープ	豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・きゅうり・だし 玉ねぎ・キャベツ・醤油	米・だし
25	日	蒸しさつまいも	粥／軟飯	米	既製品おやつ
		さつま芋	豚肉の煮物 野菜のだし煮 白菜の味噌汁	豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・だし 白菜・キャベツ・玉ねぎ・だし・味噌	
26	月	ふかし芋	粥／軟飯	米	バナナ
		じゃが芋・塩	鶏肉の煮物 野菜のだし煮 玉ねぎの味噌汁	鶏肉・だし・三温糖・醤油 大根・じゃが芋・人参・きゅうり・だし 玉ねぎ・白菜・だし・味噌	バナナ
27	火	ヨーグルト	粥／軟飯	米	スティックパン
		ヨーグルト・三温糖	カレイのトロトロ煮 野菜のだし煮 白菜の味噌汁	カレイ・だし・三温糖・醤油・片栗粉 人参・大根・だし 白菜・だし・味噌	食パン
28	水	既製品おやつ	粥／軟飯	米	だし粥
			豚肉の煮物 野菜のだし煮 玉ねぎのお吸い物	豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・かぼちゃ・大根・だし 玉ねぎ・だし・醤油	米・だし
29	木	バナナ	粥／軟飯	米	蒸しさつまいも
		バナナ	豚肉の煮物 野菜のだし煮 白菜のお吸い物	豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・じゃが芋・だし 白菜・玉ねぎ・だし・醤油	さつま芋
30	金	蒸しさつまいも	粥／軟飯	米	バナナ
		さつま芋	鶏肉の煮物 野菜のだし煮 キャベツの味噌汁	鶏肉・だし・三温糖・醤油 人参・きゅうり・大根・だし キャベツ・玉ねぎ・だし・味噌	バナナ
31	土	ふかし芋	粥／軟飯	米	だし粥
		じゃが芋・塩	鶏肉の煮物 野菜のだし煮 キャベツのスープ	鶏肉・だし・三温糖・醤油 人参・大根・だし キャベツ・玉ねぎ・醤油	米・だし