



平成29年 12月の離乳食

認定こども園 ほそだ

1・3・5週					
曜	日	朝のおやつ	献立(材料)	主食	3時のおやつ・材料
月	11 25	赤ちゃんせんべい	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(じゃが芋・ブロッコリー)、人参の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 玉葱
火	12 26	紫芋チップ	さわらの煮付け 野菜のやわらか煮(大根・きやべつ)、南瓜の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ じゃが芋
水	13 27	赤ちゃんせんべい	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(ほうれん草・人参)、玉葱の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ きやべつ
木	14 28	紫芋チップ	カレイの煮付け 野菜のやわらか煮(白菜・小松菜)、さつま芋の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 玉葱
金	1 15	赤ちゃんせんべい	豆腐の煮付け 野菜のやわらか煮(人参・じゃが芋)、チンゲン菜の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 人参
土	2 16	赤ちゃんせんべい	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(ブロッコリー・人参)、じゃが芋の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ きやべつ

2・4週					
曜	日	朝のおやつ	献立(材料)	主食	3時のおやつ・材料
月	4 18	赤ちゃんせんべい	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(大根・人参)、さつま芋の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 玉葱
火	5 19	紫芋チップ	カレイの煮付け 野菜のやわらか煮(玉葱・白菜)、南瓜の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 大根
水	6 20	赤ちゃんせんべい	豆腐の煮付け 野菜のやわらか煮(じゃが芋・きやべつ)、人参の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 大根
木	7 21	紫芋チップ	さわらの煮付け 野菜のやわらか煮(ほうれん草・玉葱)、人参の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 白菜
金	8 22	赤ちゃんせんべい	豆腐の煮付け 野菜のやわらか煮(玉葱・人参)、南瓜の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 小松菜
土	9	紫芋チップ	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(きやべつ・人参)、さつま芋の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじゃ 玉葱

☆食材の大きさや、おかゆは子どもに合わせたものにします。

