



# 12月 離乳食献立表

栄養士 小橋川 玲史

日付	中期(超刻み)	後期(粗刻み)	日付	中期(超刻み)	後期(粗刻み)
2日(月)	粥 豆腐、人参、玉ねぎ、の煮物 チンゲン菜のスープ	粥 豆腐、人参、玉ねぎ、の煮物 チンゲン菜のスープ	17日(火)	粥 ささみ、白菜、人参、大根の煮物 玉ねぎのスープ	粥 ささみ、白菜、人参、大根の煮物 玉ねぎのスープ
3日(火)	粥 ささみ、じゃがいも、人参の煮物 白菜のスープ	粥 ささみ、じゃがいも、人参の煮物 白菜のスープ	18日(水)	粥 ささみ、チンゲン菜、玉ねぎの煮物 人参のスープ	粥 ささみ、チンゲン菜、玉ねぎの煮物 人参のスープ
4日(水)	粥 ささみ、人参、白菜の煮物 ほうれん草のスープ	粥 ささみ、人参、白菜の煮物 ほうれん草のスープ	19日(木)	粥 ささみ、人参、玉ねぎの煮物 小松菜のスープ	粥 ささみ、人参、玉ねぎの煮物 小松菜のスープ
5日(木)	粥 魚、人参、大根の煮物 食 ブロッコリーのスープ	粥 魚、人参、大根の煮物 ブロッコリーのスープ	20日(金)	粥 ささみ、人参、玉ねぎ、ブロッコリー の煮物 白菜のスープ	粥 ささみ、人参、玉ねぎ、ブロッコリー の煮物 白菜のスープ
6日(金)	粥 ささみ、白菜、ブロッコリーの煮物 人参のスープ	粥 ささみ、白菜、ブロッコリーの煮物 人参のスープ	21日(土)	粥 ささみ、人参、キャベツの煮物 大根のスープ	粥 ささみ、人参、キャベツの煮物 大根のスープ
7日(土)	粥 ささみ、人参、大根の煮物 ほうれん草のスープ	粥 ささみ、人参、大根の煮物 ほうれん草のスープ	23日(月)	粥 ささみ、大根、チンゲン菜の煮物 人参のスープ	粥 ささみ、大根、チンゲン菜の煮物 人参のスープ
9日(月)	粥 ささみ、人参、ブロッコリーの煮物 小松菜のスープ	粥 ささみ、人参、ブロッコリーの煮物 小松菜のスープ	24日(火)	粥 ささみ、キャベツ、人参、玉ねぎの 煮物 ほうれん草のスープ	粥 ささみ、キャベツ、人参、玉ねぎの煮物 ほうれん草のスープ
10日(火)	粥 魚、玉ねぎ、ブロッコリーの煮物 じゃがいものスープ	粥 魚、玉ねぎ、ブロッコリーの煮物 じゃがいものスープ	25日(水)	粥 ささみ、玉ねぎ、人参の煮物 ブロッコリーのスープ、バナナ	粥 ささみ、玉ねぎ、人参の煮物 ブロッコリーのスープ、バナナ
11日(水)	粥 豆腐、人参、チンゲン菜の煮物 白菜のスープ	粥 豆腐、人参、チンゲン菜の煮物 白菜のスープ	26日(木)	粥 ささみ、かぼちゃ、玉ねぎ人参、の 煮物 チンゲン菜のスープ	粥 ささみ、かぼちゃ、玉ねぎ人参、の煮物 チンゲン菜のスープ
12日(木)	昼 <b>弁当会</b>	昼 <b>弁当会</b>	27日(金)	粥 ささみ、人参、玉ねぎの煮物 かぼちゃのスープ	粥 ささみ、人参、玉ねぎの煮物 かぼちゃのスープ
13日(金)	うどん ささみ、人参、玉ねぎの煮物 大根のスープ、バナナ	うどん ささみ、人参、玉ねぎの煮物 大根のスープ、バナナ	28日(土)	粥 豆腐、人参、白菜 ほうれん草のスープ	粥 豆腐、人参、白菜 ほうれん草のスープ
14日(土)	粥 ささみ、キャベツ、人参の煮物 ほうれん草のスープ	粥 ささみ、キャベツ、人参の煮物 ほうれん草のスープ			
16日(月)	粥 豆腐、玉ねぎ、人参、ほうれん草の煮物 小松菜のスープ	粥 豆腐、玉ねぎ、人参、ほうれん草の煮物 小松菜のスープ			