

平成30年



12月幼児食予定献立表



つぼみっ子保育園

日曜日	おやつ	赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)	
1 土	炊き込みご飯 和え物 果物 豚汁	お楽しみおやつ	鶏肉 ひじき かに棒 豚肉 牛乳	白米 こんにやく	人参 にはら もやし 果物 ほうれん草 玉ねぎ ねぎ 大根
3 月	チキンカレー コールスローサラダ 果物 コンソメスープ	マシュマロ ごまおこし 牛乳	鶏肉 卵 牛乳 きな粉	白米 じゃが芋 マシュマロ ごま	人参 玉ねぎ トマト 胡瓜 ブロッコリー キャベツ パセリ 果物
4 火	ごはん さつま揚げ 果物 ホウレン草の白和え みそ汁	シナモン toast 牛乳	魚のすり身 木綿豆腐 ひじき 油揚げ 牛乳	白米 パン	玉ねぎ 椎茸 人参 ブロッコリー ねぎ トマト 大根 果物
5 水	ご飯 豚肉の生姜焼き 果物 チョレギサラダ 白菜のみそ汁	豆腐ドーナツ 牛乳	豚肉 絹豆腐 牛乳	白米	玉ねぎ 人参 ピーマン レタス 胡瓜 ねぎ 果物 白菜 椎茸
6 木	麦ご飯 サバのみそ煮 果物 卵の花 アーサと冬瓜のすまし汁	ヤクルトヨーグルト クラッカー	サバ おから 豚肉 油揚げ アーサ ヨーグルト	白米 こんにやく クラッカー 押し麦	大根 しそ 椎茸 ねぎ 冬瓜 かいわれ 果物
7 金	タコライス 南瓜の煮物 果物 もずくスープ	アガラサー 牛乳	合挽き チーズ 卵 牛乳 もずく	白米	玉ねぎ 人参 ピーマン 南瓜 レタス トマト ねぎ 果物 パセリ
8 土	スパゲティナポリタン 小松菜の和え物 果物 ワカメスープ	お楽しみおやつ	ウインナー 油揚げ 牛乳 ワカメ	スパゲティ	玉ねぎ 人参 ピーマン 小松菜 コーン 果物 ねぎ
10 月	ご飯 すきやき風 果物 胡瓜の浅漬け かき玉汁	ハムチーズサンド 牛乳	豚肉 卵 牛乳 厚揚げ ハム チーズ	白米 パン こんにやく	玉ねぎ 人参 椎茸 小松菜 胡瓜 かいわれ 果物
11 火	お弁当会		お弁当会		
12 水	きつねうどん 豆腐チャンプルー 果物 もずく酢	鮭おにぎり 牛乳	豚肉 もずく イナリあげ 鮭 牛乳 ナルト 木綿豆腐	白米 うどん	長ネギ キャベツ 人参 玉ねぎ 小松菜 胡瓜 果物
13 木	あわご飯 魚の西京焼 果物 ケーブイリチー ゆし豆腐	アメリカンドック 牛乳	白身魚 昆布 豚肉 卵 牛乳 ウインナー ゆし豆腐	白米 こんにやく あわ	コーン 人参 にはら ねぎ 果物
14 金	ご飯 ピザ風ハンバーグ 果物 もやしの和え物 大根スープ	みそクッキー 牛乳	合挽き 卵 牛乳	白米	人参 ピーマン 玉ねぎ もやし ブロッコリー 大根 小松菜 果物
15 土	炊き込みチャーハン サラダ 果物 卵スープ	お楽しみおやつ	ポーク 卵 牛乳	白米	玉ねぎ 人参 胡瓜 ピーマン コーン トマト ねぎ 果物
17 月	ドライカレー ポテトサラダ ヨーグルトあえ 春雨スープ	きな粉揚げパン 牛乳	合挽き 卵 きな粉 ヨーグルト 牛乳	白米 じゃが芋 パン 春雨	玉ねぎ 人参 胡瓜 コーン 絹さや 果物 白菜
18 火	ご飯 サバのゆかり焼 果物 麩チャンプルー なめこ汁	パースディケーキ 牛乳	サバ 卵 絹豆腐 豚肉 牛乳	白米 車麩 ケーキ	トマト もやし キャベツ 人参 にはら なめこ 果物 ねぎ
19 水	パン 白菜のクリームシチュー 果物 魚フライタルタルソース トマトサラダ	昆布おにぎり 枝豆	ベーコン 白身魚 卵 枝豆 昆布 牛乳	パン 白米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 白菜 トマト 胡瓜 果物 ブロッコリー パセリ
20 木	トウジージュシー 南瓜天ぷら 胡瓜のおかかあえ 果物 イナムドウチ	ぜんざい せんべい	ツナ缶 昆布 卵 豚肉 金時豆	白米 こんにやく 押し麦 せんべい	人参 ねぎ 胡瓜 南瓜 椎茸 果物
21 金	玄米ご飯 魚の天ぷら 果物 人参しりしり 冬瓜のみそ汁	南瓜ケーキ 牛乳	メカジキ 卵 ツナ缶 木綿豆腐 牛乳 ワカメ	白米 玄米	小松菜 人参 冬瓜 しめじ ねぎ 果物 南瓜
22 土	焼きそば ちくわと胡瓜の和え物 果物 みそ汁	お楽しみおやつ	豚肉 ちくわ ワカメ 木綿豆腐 牛乳	中華麺	玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ 果物 胡瓜
25 火	クリスマスメニュー		クリスマスメニュー		
26 水	ご飯 鮭のタルタルソース焼き 果物 ひじき炒め じゃが芋のみそ汁	ソーメン チャンプルー	鮭 卵 ひじき ツナ缶 豚肉 油揚げ ワカメ	白米 しらたき じゃが芋	玉ねぎ ピーマン にはら 人参 果物 ねぎ
27 木	ご飯 ユーリンチー 果物 ナムル 大根のすまし汁	ごまサンド 牛乳	豚レバー 枝豆 アーサ 牛乳	白米 パン	もやし ホウレン草 人参 果物 長ネギ 大根
28 金	年納めそば 果物 かみかみあえ 昆布煮豆	ワカメおにぎり チーズ	三枚肉 かまぼこ ちくわ 昆布 大豆 チーズ ワカメ	沖縄そば 白米	ねぎ 胡瓜 人参 キャベツ 果物

※ 食材の都合により献立を変更する事があります。

※ 12月23日は天皇誕生日でお休みです。









平成30年



12月離乳食予定献立表



つぼみっこ保育園

日曜日	初期(ごつくん期) 5~6ヶ月	中期(もぐもぐ期) 7~8ヶ月	後期(かみかみ期) 9~11ヶ月	2回食 pm3:00 後期~
調理形態	ヨーグルト状 ペースト	豆腐の固さ マッシュ	バナナの固さ 柔らかく刻み	
1 土	つぶし粥 人参ペースト 果汁 ナムルマッシュ すましスープ	全粥 ササミのつぶし煮 果物 つぶしナムル みそ汁	軟飯 ササミの煮物 果物 ナムル みそ汁	お楽しみ おやつ
3 月	つぶし粥 ミルク煮マッシュ 果汁 サラダマッシュ オニオンスープ	全粥 つぶしホワイトシチュー 果物 つぶしコールスローサラダ コンソメスープ	軟飯 ホワイトシチュー 果物 コールスローサラダ コンソメスープ	おじゃ
4 火	つぶし粥 魚のトマト煮すり流し 果汁 ほうれん草マッシュ 大根スープ	麦全粥 魚のトマトつぶし煮 果物 つぶしほうれん草白和え 大根のみそ汁	麦軟飯 魚のトマト煮 果物 ほうれん草の白和え 大根のみそ汁	ジャムパン
5 水	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 きゅうりのおろし煮 みそ汁	全粥 鶏肉の野菜つぶし煮 果物 胡瓜のおろし和え みそ汁	軟飯 鶏肉の野菜煮 果物 胡瓜の和え物 みそ汁	豆腐おやき
6 木	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 人参ペースト 冬瓜スープ	全粥 魚のつぶし煮 果物 人参つぶし煮 冬瓜のすまし汁	軟飯 魚の味噌煮 果物 人参しりしり煮 冬瓜のすまし汁	ヨーグルト ビスケット
7 金	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 南瓜ペースト オニオンスープ	全粥 ササミのチーズつぶし煮 果物 南瓜の煮物 オニオンスープ	軟飯 ササミのチーズ煮 果物 南瓜の煮物 オニオンスープ	蒸しパン
8 土	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 小松菜和えマッシュ オニオンスープ	全粥 ササミのつぶし煮 果物 小松菜のつぶしあえ オニオンスープ	軟飯 ササミの煮物 果物 小松菜の和え物 オニオンスープ	お楽しみ おやつ
10 月	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 きゅうりのおろしあえ すましスープ	全粥 つぶしすき焼き風 果物 胡瓜のおろしあえ みそ汁	軟飯 すき焼き風 果物 胡瓜の和え物 みそ汁	チーズパン
11 火	           お 弁 当 会			
12 水	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 おろし胡瓜	つぶしうどん 豆腐チャンプルーつぶし煮 果物 胡瓜のおろしあえ	煮込みうどん 豆腐チャンプルー煮 果物 胡瓜の和え物	ジューシー
13 木	つぶし粥 魚のすり流し 果物 人参ペースト すましスープ	あわ全粥 魚の野菜つぶし煮 果物 人参つぶし煮 ゆし豆腐	あわ軟飯 魚の野菜煮 果物 人参炒め煮 ゆし豆腐	さつま芋 おやき
14 金	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 もやしのつぶしあえ 大根スープ	全粥 ササミのチーズつぶし煮 果物 もやしのつぶし和え 大根スープ	軟飯 ササミのチーズ煮 果物 もやしの和え物 大根スープ	ふかし芋
15 土	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 サラダマッシュ スープ	全粥 鶏肉つぶし野菜煮 サラダ 果物 スープ	軟飯 鶏肉の野菜煮 サラダ 果物 オニオンスープ	お楽しみ おやつ
17 月	つぶし粥 野菜のミルク煮ペースト ヨーグルト ポテトサラダマッシュ 博しスープ	軟飯 ミルク煮 ヨーグルトあえ ポテトサラダ 白菜スープ	軟飯 ミルク煮 ヨーグルトあえ ポテトサラダ 白菜スープ	ジャムパン
18 火	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 野菜ペースト 豆腐のすり流し汁	全粥 魚のトマトつぶし煮 果物 野菜つぶし煮 豆腐のみそ汁	軟飯 魚のトマト煮 果物 野菜炒め煮 豆腐のみそ汁	フルーツ パンケーキ
19 水	つぶし粥 白菜つぶし煮 果汁 魚のすり流し トマトペースト	全粥 白菜のクリームつぶし煮 果物 魚のつぶし煮 トマトつぶしサラダ	軟飯 白菜のクリーム煮 果物 魚の煮物 トマトサラダ	昆布 おにぎり
20 木	つぶし粥 南瓜ペースト 果汁 胡瓜のおろしあえ 野菜スープ	ジューシー 南瓜の煮物 果物 胡瓜のおろし和え 鶏汁	ジューシー 南瓜の煮物 果物 胡瓜の和え物 鶏汁	ぜんざい
21 金	つぶし粥 魚のトマト煮すり流し 果汁 人参ペースト 冬瓜スープ	全粥 魚の野菜つぶし煮 果物 人参つぶし煮 冬瓜のみそ汁	軟飯 魚の野菜煮 果物 人参しりしり 冬瓜のみそ汁	南瓜 おやき
22 土	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 じゃが芋ペースト すましスープ	全粥 鶏肉の野菜つぶし煮 果物 じゃが芋の煮物 豆腐のみそ汁	軟飯 鶏肉の野菜煮 果物 じゃが芋の煮物 豆腐のみそ汁	お楽しみ おやつ
25 火	つぶし粥 野菜ペースト 果物 ブロッコリーサラダマッシュ コーンスープ	全粥 野菜のクリームつぶし煮 果物 ブロッコリーつぶしサラダ コーンスープ	軟飯 野菜のクリーム煮 果物 ブロッコリーサラダ コーンスープ	クリスマス ケーキ
26 水	つぶし粥 白身魚すり流しマッシュ 果汁 きんぴらペースト じゃが芋スープ	全粥 鮭の野菜つぶし煮 果物 きんぴらつぶし煮 じゃが芋のみそ汁	軟飯 鮭の野菜煮 果物 きんぴら煮 じゃが芋のみそ汁	にゅーめん
27 木	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 ナムルペースト 大根スープ	全粥 鶏肉の野菜つぶし煮 果物 つぶしナムル 大根汁	軟飯 鶏肉の野菜煮 果物 ナムル 大根汁	ジャムパン
28 金	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 きゅうりのおろしあえ 豆腐すり流し汁	全粥 鶏肉のつぶし煮物 果物 胡瓜のつぶし和え 煮奴 うどん汁	軟飯 鶏肉の煮物 果物 胡瓜の和え物 煮奴 うどん汁	ワカメおにぎり チーズ

※ 食材の都合により献立を変更する事があります。

※ 離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整しています。

※ 12月23日は天皇誕生日でお休みです。

