



# 12月のメニュー



日	曜日	初期	中期	後期		肉・魚・卵類など	米・芋類など	野菜類
				午前	午後			
1	木	つぶしがゆ りんご 絹豆腐のすり流し 人参マッシュ 大根のスープ	全がゆ りんご 絹豆腐と野菜の煮物 すまし汁	軟飯 りんご 絹豆腐と野菜の煮物 きゅうりスティック すまし汁	蒸しパン	絹豆腐	精白米・片栗粉・砂糖	白菜・玉ねぎ・人参・きゅうり・大根・りんご
2	金	つぶしがゆ みかん じゃが芋のマッシュ トマトマッシュ 人参のスープ	全がゆ みかん 刻み納豆と野菜の煮物 煮トマト 野菜スープ	軟飯 みかん 刻み納豆と野菜の煮物 煮トマト 野菜スープ	バナナケーキ	納豆	精白米・片栗粉・じゃが芋	人参・トマト・キャベツ・玉ねぎ・みかん
3	土	つぶしがゆ キャベツのマッシュ 人参マッシュ 野菜スープ	ビーフンのくたくた煮 かぼちゃの煮物	ビーフンのくたくた煮 かぼちゃの煮物	赤ちゃん用お菓子	鶏ひき肉	ビーフン	キャベツ・玉ねぎ・人参・かぼちゃ
5	月	つぶしがゆ りんご 白身魚のすり流し 人参マッシュ 玉ねぎのスープ	全がゆ りんご 白身魚のあんかけ 大根の柔らかか煮 野菜スープ	軟飯 りんご 白身魚のあんかけ 大根スティック 野菜スープ	さつま芋の柔らかか煮	白身魚・米みそ	精白米・片栗粉・砂糖	大根・玉ねぎ・人参・さやいんげん・りんご
6	火	つぶしがゆ オレンジ 人参マッシュ ほうれん草マッシュ 野菜スープ	全がゆ オレンジ 鶏ささ身の柔らかか煮 小松菜のとろとろ煮 とろとろわかめスープ	軟飯 オレンジ 鶏ささ身の柔らかか煮 小松菜のとろとろ煮 とろとろわかめスープ	おにぎり	鶏ささ身・カットワカメ	精白米・片栗粉・砂糖・さつま芋	玉ねぎ・人参・小松菜・オレンジ
7	水	つぶしがゆ バナナ 玉ねぎのすりつぶし 人参マッシュ じゃが芋のポタージュ	全がゆ バナナ 鶏ひき肉の柔らかか煮 じゃが芋の柔らかか煮 野菜スープ	軟飯 バナナ 鶏団子の柔らかか煮 じゃが芋スティック 野菜スープ	人参ゼリー	鶏ひき肉	精白米・片栗粉・じゃが芋	人参・玉ねぎ・バナナ
8	木	つぶしがゆ みかん 絹豆腐のすり流し キャベツマッシュ 人参スープ	全がゆ みかん 絹豆腐と野菜の煮物 とろとろわかめのすまし汁	軟飯 みかん 絹豆腐と野菜の煮物 とろとろわかめのすまし汁	ふわふわかぼちゃケーキ	絹豆腐・カットワカメ	精白米・片栗粉・砂糖	キャベツ・玉ねぎ・人参・みかん
9	金	つぶしがゆ りんご じゃが芋マッシュ 人参マッシュ かぶのスープ	全がゆ りんご 鶏ささ身と野菜の柔らかか煮 かぶの煮物 野菜スープ	軟飯 りんご 鶏ささ身と野菜の柔らかか煮 かぶの煮物 野菜スープ	食パン	鶏ささ身	精白米・片栗粉・じゃが芋	玉ねぎ・人参・かぶ・カリフラワー・りんご
10	土	☆ 生活発表会 ☆						
12	月	つぶしがゆ りんご 白身魚のすり流し 大根マッシュ 人参スープ	全がゆ りんご 白身魚の野菜あんかけ ゆでブロッコリー 野菜スープ	軟飯 りんご 白身魚の野菜あんかけ ゆでブロッコリー ブロッコリースティック みそ汁	マカロニの柔らかか煮	白身魚・木綿豆腐・米みそ	精白米・片栗粉・砂糖	ブロッコリー・大根・人参・玉ねぎ・りんご
13	火	つぶしがゆ オレンジ 玉ねぎマッシュ キャベツマッシュ かぼちゃスープ	全がゆ オレンジ 鶏ひき肉と玉ねぎのそぼろ煮 キャベツの柔らかか煮 かぼちゃスープ	軟飯 オレンジ ハンバーグ キャベツの柔らかか煮 かぼちゃスープ	ほうれん草入り ホットケーキ	鶏ひき肉・米みそ・ひじき	精白米・片栗粉	玉ねぎ・キャベツ・かぼちゃ・人参・オレンジ
14	水	つぶしがゆ バナナ 豆腐のマッシュ 人参マッシュ 小松菜のスープ	全がゆ バナナ 豆腐と野菜の柔らかか煮 人参の柔らかか煮 小松菜のすまし汁	軟飯 バナナ 豆腐と野菜の柔らかか煮 人参スティック 小松菜のすまし汁	みかん	絹豆腐・米みそ	精白米・片栗粉	玉ねぎ・人参・ピーマン・小松菜・バナナ
15	木	つぶしがゆ りんご 絹豆腐のすり流し 人参マッシュ 大根のスープ	全がゆ りんご 絹豆腐と野菜の煮物 すまし汁	軟飯 りんご 絹豆腐と野菜の煮物 きゅうりスティック すまし汁	蒸しパン	絹豆腐	精白米・片栗粉・砂糖	白菜・玉ねぎ・人参・きゅうり・大根・りんご
16	金	つぶしがゆ みかん じゃが芋のマッシュ トマトマッシュ 人参のスープ	全がゆ みかん 刻み納豆と野菜の煮物 煮トマト 野菜スープ	軟飯 みかん 刻み納豆と野菜の煮物 煮トマト 野菜スープ	バナナケーキ	納豆	精白米・片栗粉・じゃが芋	人参・トマト・キャベツ・玉ねぎ・みかん
17	土	つぶしがゆ キャベツのマッシュ 人参マッシュ 野菜スープ	ビーフンのくたくた煮 かぼちゃの煮物	ビーフンのくたくた煮 かぼちゃの煮物	赤ちゃん用お菓子	鶏ひき肉	ビーフン	キャベツ・玉ねぎ・人参・かぼちゃ
19	月	つぶしがゆ りんご 白身魚のすり流し 人参マッシュ 玉ねぎのスープ	全がゆ りんご 白身魚のあんかけ 大根の柔らかか煮 野菜スープ	軟飯 りんご 白身魚のあんかけ 大根スティック 野菜スープ	さつま芋の柔らかか煮	白身魚・米みそ	精白米・片栗粉・砂糖	大根・玉ねぎ・人参・さやいんげん・りんご
20	火	つぶしがゆ オレンジ 人参マッシュ ほうれん草マッシュ 野菜スープ	全がゆ オレンジ 鶏ささ身の柔らかか煮 小松菜のとろとろ煮 とろとろわかめスープ	軟飯 オレンジ 鶏ささ身の柔らかか煮 小松菜のとろとろ煮 とろとろわかめスープ	おにぎり	鶏ささ身・カットワカメ	精白米・片栗粉・砂糖・さつま芋	玉ねぎ・人参・小松菜・オレンジ
21	水	つぶしがゆ バナナ 玉ねぎのすりつぶし 人参マッシュ じゃが芋のポタージュ	全がゆ バナナ 鶏ひき肉の柔らかか煮 じゃが芋の柔らかか煮 野菜スープ	軟飯 バナナ 鶏団子の柔らかか煮 じゃが芋スティック 野菜スープ	人参ゼリー	鶏ひき肉	精白米・片栗粉・じゃが芋	人参・玉ねぎ・バナナ
22	木	つぶしがゆ みかん 絹豆腐のすり流し キャベツマッシュ 人参スープ	全がゆ みかん 絹豆腐と野菜の煮物 とろとろわかめのすまし汁	軟飯 みかん 絹豆腐と野菜の煮物 とろとろわかめのすまし汁	ふわふわかぼちゃケーキ	絹豆腐・カットワカメ	精白米・片栗粉・砂糖	キャベツ・玉ねぎ・人参・みかん
23	金	つぶしがゆ りんご じゃが芋マッシュ 人参マッシュ ほうれん草スープ	全がゆ りんご 鶏ささ身と野菜の柔らかか煮 ゆでブロッコリー 野菜スープ	軟飯 りんご 鶏ささ身と野菜の柔らかか煮 ゆでブロッコリー 野菜スープ	蒸しパン	鶏ささ身	精白米・片栗粉・砂糖	かぼちゃ・玉ねぎ・人参・ほうれん草・きゅうり・りんご
24	土	つぶしがゆ バナナ 玉ねぎマッシュ 人参マッシュ 野菜スープ	うどんのくたくた煮 バナナ	うどんのくたくた煮 バナナ	赤ちゃん用お菓子	鶏ひき肉	うどん・麵・砂糖	玉ねぎ・人参・バナナ
26	月	つぶしがゆ りんご 白身魚のすり流し 大根マッシュ 人参スープ	全がゆ りんご 白身魚の野菜あんかけ ゆでブロッコリー 野菜スープ	軟飯 りんご 白身魚の野菜あんかけ ゆでブロッコリー ブロッコリースティック みそ汁	マカロニの柔らかか煮	白身魚・木綿豆腐・米みそ	精白米・片栗粉・砂糖	ブロッコリー・大根・人参・玉ねぎ・りんご
27	火	つぶしがゆ オレンジ 玉ねぎマッシュ キャベツマッシュ かぼちゃスープ	全がゆ オレンジ 鶏ひき肉と玉ねぎのそぼろ煮 キャベツの柔らかか煮 かぼちゃスープ	軟飯 オレンジ ハンバーグ キャベツの柔らかか煮 かぼちゃスープ	おにぎり	鶏ひき肉・米みそ・ひじき	精白米・片栗粉	玉ねぎ・キャベツ・かぼちゃ・人参・オレンジ
28	水	つぶしがゆ バナナ 豆腐のマッシュ 人参マッシュ 小松菜のスープ	全がゆ バナナ 豆腐と野菜の柔らかか煮 人参の柔らかか煮 小松菜のすまし汁	軟飯 バナナ 豆腐と野菜の柔らかか煮 人参スティック 小松菜のすまし汁	みかん	絹豆腐・米みそ	精白米・片栗粉	玉ねぎ・人参・ピーマン・小松菜・バナナ

