



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			
2	月	つぶしがゆ りんご 絹豆腐のすり流し キャベツマッシュ 清まし汁	全がゆ りんご 絹豆腐と野菜の煮物 清まし汁	軟飯 りんご 絹豆腐と野菜の煮物 清まし汁	みかん	絹豆腐・カットワカメ	精白米・砂糖・片栗粉	キャベツ・玉ねぎ・人参・小松菜・りんご
3	火	つぶしがゆ オレンジ 白身魚のすり流し ブロッコリーマッシュ 野菜スープ	全がゆ オレンジ 白身魚の煮物 ゆでブロッコリー 野菜スープ	軟飯 オレンジ 白身魚の煮物 ゆでブロッコリー 野菜スープ	食パン	白身魚	精白米・片栗粉・さつまい	ブロッコリー・玉ねぎ・人参・オレンジ
4	水	つぶしがゆ バナナ 豆腐マッシュ 人参マッシュ じゃが芋のポタージュ	全がゆ バナナ 豆腐の柔らか煮 大根の柔らか煮 野菜スープ	軟飯 バナナ 豆腐の柔らか煮 大根の柔らか煮 野菜スープ	りんごゼリー	絹豆腐・米みそ	精白米・片栗粉	人参・玉ねぎ・大根・小松菜・バナナ
5	木	つぶしがゆ りんご 白身魚のマッシュ 玉ねぎマッシュ 人参スープ	全がゆ りんご 白身魚の野菜あんかけ ほうれん草の柔らか煮 大根スープ	軟飯 りんご 白身魚の野菜あんかけ ほうれん草の柔らか煮 大根スープ	おかゆ	白身魚・カットワカメ	精白米・片栗粉	ほうれん草・人参・大根・りんご
6	金	つぶしがゆ バナナ かぼちゃマッシュ 大根マッシュ 野菜スープ	全がゆ バナナ かぼちゃと野菜のスープ すりおろしきゅうり	軟飯 バナナ かぼちゃと野菜のスープ きゅうりと大根の柔らか煮	人参蒸しパン	鶏ささ身	精白米・片栗粉	かぼちゃ・玉ねぎ・人参・カリフラワー・きゅうり・大根・バナナ
7	土	つぶしがゆ 大根マッシュ 人参マッシュ かぼちゃスープ	煮込みうどん かぼちゃの煮物	煮込みうどん かぼちゃの煮物	赤ちゃん用お菓子	絹豆腐	うどん麺	大根・人参・かぼちゃ
9	月	つぶしがゆ りんご 白身魚のすり流し じゃが芋マッシュ 人参スープ	全がゆ りんご 白身魚の煮物 人参の柔らか煮 すまし汁	軟飯 りんご 白身魚の煮物 人参の柔らか煮 すまし汁	豆腐入りホットケーキ	白身魚・カットワカメ	精白米・片栗粉・砂糖・じゃが芋	玉ねぎ・人参・さやいんげん・りんご
10	火	つぶしがゆ オレンジ 玉ねぎマッシュ 人参マッシュ 小松菜のスープ	全がゆ オレンジ すりおろし高野豆腐と野菜の柔らか煮 すまし汁	軟飯 オレンジ すりおろし高野豆腐と野菜の柔らか煮 すまし汁	さつまい蒸しパン	高野豆腐・米みそ	精白米・片栗粉・砂糖・じゃが芋	玉ねぎ・人参・小松菜・オレンジ
11	水	つぶしがゆ バナナ 豆腐マッシュ 人参マッシュ 野菜スープ	全がゆ バナナ 豆腐と野菜の柔らか煮 かぶの柔らか煮 野菜スープ	軟飯 バナナ 豆腐と野菜の柔らか煮 かぶの柔らか煮 野菜スープ	キャベツのお焼き	絹豆腐	精白米・片栗粉・砂糖	白菜・玉ねぎ・人参・かぶ・大根・バナナ
12	木	つぶしがゆ りんご 白身魚のすり流し じゃが芋マッシュ 野菜スープ	全がゆ りんご 白身魚の野菜あんかけ トマトスープ	全がゆ りんご 白身魚の野菜あんかけ ひじきのとろとろ煮 トマトスープ	ホットケーキ	白身魚・ひじき	精白米・片栗粉・じゃが芋	玉ねぎ・人参・トマト・りんご
13	金	つぶしがゆ バナナ ブロッコリーマッシュ 人参マッシュ キャベツスープ	全がゆ バナナ 鶏ささみの柔らか煮 春雨のくたくた煮 野菜スープ	軟飯 バナナ 鶏ささみの柔らか煮 春雨のくたくた煮 野菜スープ	さつまいの柔らか煮	鶏ささ身	精白米・片栗粉・春雨・じゃが芋	ブロッコリー・玉ねぎ・人参・キャベツ・きゅうり・バナナ
14	土	☆ 生活発表会 ☆						
16	月	つぶしがゆ りんご 絹豆腐のすり流し キャベツマッシュ 清まし汁	全がゆ りんご 絹豆腐と野菜の煮物 清まし汁	軟飯 りんご 絹豆腐と野菜の煮物 清まし汁	みかん	絹豆腐・カットワカメ	精白米・砂糖・片栗粉	キャベツ・玉ねぎ・人参・小松菜・りんご
17	火	つぶしがゆ オレンジ 白身魚のすり流し ブロッコリーマッシュ 野菜スープ	全がゆ オレンジ 白身魚の煮物 ゆでブロッコリー 野菜スープ	軟飯 オレンジ 白身魚の煮物 ゆでブロッコリー 野菜スープ	食パン	白身魚	精白米・片栗粉・さつまい	ブロッコリー・玉ねぎ・人参・オレンジ
18	水	つぶしがゆ バナナ 豆腐マッシュ 人参マッシュ じゃが芋のポタージュ	全がゆ バナナ 豆腐の柔らか煮 大根の柔らか煮 野菜スープ	軟飯 バナナ 豆腐の柔らか煮 大根の柔らか煮 野菜スープ	りんごゼリー	絹豆腐・米みそ	精白米・片栗粉	人参・玉ねぎ・大根・小松菜・バナナ
19	木	つぶしがゆ りんご 白身魚のマッシュ 玉ねぎマッシュ 人参スープ	全がゆ りんご 白身魚の野菜あんかけ ほうれん草の柔らか煮 大根スープ	軟飯 りんご 白身魚の野菜あんかけ ほうれん草の柔らか煮 大根スープ	おかゆ	白身魚・カットワカメ	精白米・片栗粉	ほうれん草・人参・大根・りんご
20	金	つぶしがゆ バナナ かぼちゃマッシュ 大根マッシュ 野菜スープ	全がゆ バナナ かぼちゃと野菜のスープ すりおろしきゅうり	軟飯 バナナ かぼちゃと野菜のスープ きゅうりと大根の柔らか煮	人参蒸しパン	鶏ささ身	精白米・片栗粉	かぼちゃ・玉ねぎ・人参・カリフラワー・きゅうり・大根・バナナ
21	土	つぶしがゆ 大根マッシュ 人参マッシュ かぼちゃスープ	煮込みうどん かぼちゃの煮物	煮込みうどん かぼちゃの煮物	赤ちゃん用お菓子	絹豆腐	うどん麺	大根・人参・かぼちゃ
23	月	つぶしがゆ りんご 白身魚のすり流し じゃが芋マッシュ 人参スープ	全がゆ りんご 白身魚の煮物 人参の柔らか煮 すまし汁	軟飯 りんご 白身魚の煮物 人参の柔らか煮 すまし汁	豆腐入りホットケーキ	白身魚・カットワカメ	精白米・片栗粉・砂糖・じゃが芋	玉ねぎ・人参・さやいんげん・りんご
24	火	つぶしがゆ オレンジ 玉ねぎマッシュ 人参マッシュ 小松菜のスープ	全がゆ オレンジ すりおろし高野豆腐と野菜の柔らか煮 すまし汁	軟飯 オレンジ すりおろし高野豆腐と野菜の柔らか煮 すまし汁	さつまい蒸しパン	高野豆腐・米みそ	精白米・片栗粉・砂糖・じゃが芋	玉ねぎ・人参・小松菜・オレンジ
25	水	つぶしがゆ みかん ほうれん草マッシュ 人参マッシュ 野菜スープ	全がゆ みかん 鶏ひき肉と野菜の柔らか煮 大根の柔らか煮 野菜スープ	軟飯 みかん 鶏ひき肉と野菜の柔らか煮 大根の柔らか煮 野菜スープ	蒸しパン	鶏ひき肉	精白米・片栗粉	玉ねぎ・人参・大根・ほうれん草・かぼちゃ・みかん
26	木	つぶしがゆ りんご 白身魚のすり流し じゃが芋マッシュ 野菜スープ	全がゆ りんご 白身魚の野菜あんかけ トマトスープ	全がゆ りんご 白身魚の野菜あんかけ ひじきのとろとろ煮 トマトスープ	ホットケーキ	白身魚・ひじき	精白米・片栗粉・じゃが芋	玉ねぎ・人参・トマト・りんご
27	金	つぶしがゆ バナナ 豆腐マッシュ 人参マッシュ 野菜スープ	全がゆ バナナ 絹豆腐と野菜のとろとろ煮 清まし汁	軟飯 バナナ 絹豆腐と野菜のとろとろ煮 清まし汁	さつまいの柔らか煮	絹豆腐・カットワカメ	精白米・片栗粉・じゃが芋	玉ねぎ・人参・小松菜・バナナ
28	土	つぶしがゆ オレンジ キャベツマッシュ 南瓜マッシュ 野菜スープ	ピーマンのくたくた煮 オレンジ	ピーマンのくたくた煮 オレンジ	赤ちゃん用お菓子	鶏ひき肉	ピーマン	キャベツ・玉ねぎ・人参・オレンジ