

# わんぱく保育園 離乳食献立表（12月分）

離乳食						
日	曜	初 期	中 期	後 期	後 期	
1	月	10倍かゆ さつま芋マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 納豆和え	7倍かゆ 白菜スープ さつま芋のそぼろあんかけ	5倍かゆ 味噌汁 納豆和え	5倍かゆ 白菜スープ さつま芋のそぼろあんかけ
2	火	10倍かゆ あけぼのマッシュ	7倍かゆ 豆腐スープ 野菜のやわらか煮	7倍かゆ 味噌汁 麺とブロッコリーのべたべた煮	5倍かゆ 豆腐スープ 野菜のやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 麺とブロッコリーのべたべた煮
3	水	10倍かゆ ポテトマッシュ	7倍かゆ 野菜スープ 煮豆腐	納豆かゆ さつま芋のうま煮	5倍かゆ 野菜スープ 煮豆腐	納豆かゆ さつま芋のうま煮
4	木	10倍かゆ 青菜のマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 白身魚のあんかけ	7倍かゆ きゃべつスープ 煮豆腐	5倍かゆ 味噌汁 白身魚のあんかけ	5倍かゆ きゃべつスープ 煮豆腐
5	金	10倍かゆ 青菜のマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の青のり和え	7倍かゆ 小松菜のスープ 麻婆豆腐風	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋の青のり和え	5倍かゆ 小松菜のスープ 麻婆豆腐風
6	土	10倍かゆ あけぼのマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	おじや さつま芋のやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	おじや さつま芋のやわらか煮
8	月	10倍かゆ 白菜マッシュ	7倍かゆ 豆乳スープ 緑紅浸し	7倍かゆ 味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮	5倍かゆ 豆乳スープ 緑紅浸し	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮
9	火	10倍かゆ さつま芋ときゃべつのマッシュ	7倍かゆ 清汁 白身魚の味噌煮	7倍かゆ 味噌汁 さつま芋のりんご煮	5倍かゆ 清汁 白身魚の味噌煮	5倍かゆ 味噌汁 さつま芋のりんご煮
10	水	10倍かゆ ブロッコリーのマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	おじや さつま芋のやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	おじや さつま芋のやわらか煮
11	木	10倍かゆ ポテトマッシュ	7倍かゆ きゃべつスープ 煮魚	7倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	5倍かゆ きゃべつスープ 煮魚	5倍かゆ 味噌汁 煮豆腐
12	金	10倍かゆ 大根マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 麻婆豆腐風	7倍かゆ 大根スープ じゃが芋のそぼろ煮	5倍かゆ 味噌汁 麻婆豆腐風	5倍かゆ 大根スープ じゃが芋のそぼろ煮
13	土	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ 野菜スープ 煮豆腐	おじや じゃが芋とツナの煮物	5倍かゆ 野菜スープ 煮豆腐	おじや じゃが芋とツナの煮物
15	月	10倍かゆ 青菜のマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 納豆和え	7倍かゆ グリーンスープ 高野豆腐のあけぼの煮	5倍かゆ 味噌汁 納豆和え	5倍かゆ グリーンスープ 高野豆腐のあけぼの煮
16	火	10倍かゆ さつま芋マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 和風煮	7倍かゆ 白菜スープ さつま芋のそぼろあんかけ	5倍かゆ 味噌汁 和風煮	5倍かゆ 白菜スープ さつま芋のそぼろあんかけ
17	水	10倍かゆ かぶのマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	おじや さつま芋のりんご煮	5倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	おじや さつま芋のりんご煮
18	木	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 豆腐スープ 野菜のうま煮	いもかゆ きゃべつスープ 高野豆腐のうま煮	5倍かゆ 豆腐スープ 野菜のうま煮	いもかゆ きゃべつスープ 高野豆腐のうま煮
19	金	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 きゃべつのそぼろ煮	7倍かゆ 清汁 じゃが芋のクリームコン煮	5倍かゆ 味噌汁 きゃべつのそぼろ煮	5倍かゆ 清汁 じゃが芋のクリームコン煮
20	土	10倍かゆ じゃが芋のマッシュ	7倍かゆ 納豆汁 じゃが芋のうま煮	おじや ブロッコリーとツナの煮物	5倍かゆ 納豆汁 じゃが芋のうま煮	おじや ブロッコリーとツナの煮物
22	月	10倍かゆ 南瓜のつぶし煮	7倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	7倍かゆ 白菜スープ 南瓜のそぼろ煮	5倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	5倍かゆ 白菜スープ 南瓜のそぼろ煮
23	火	10倍かゆ あけぼのマッシュ	7倍かゆ 小松菜のスープ 煮魚	7倍かゆ 味噌汁 さつま芋のうま煮	5倍かゆ 小松菜のスープ 煮魚	5倍かゆ 味噌汁 さつま芋のうま煮
24	水	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ きゃべつスープ じゃこじゃが	納豆かゆ 小松菜のうま煮	5倍かゆ きゃべつスープ じゃこじゃが	納豆かゆ 小松菜のうま煮
25	木	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	7倍かゆ 清汁 じゃが芋の白煮	5倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の白煮
26	金	10倍かゆ 大根マッシュ	7倍かゆ 清汁 大根のそぼろ煮	7倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 大根のそぼろ煮	5倍かゆ 味噌汁 煮豆腐
27	土	10倍かゆ さつま芋マッシュ	7倍かゆ 豆腐のくず煮 野草スープ	おじや さつま芋のうま煮	5倍かゆ 豆腐のくず煮 野草スープ	おじや さつま芋のうま煮