

2025年12月 離乳食献立表 アップルナースリー南行徳保育園

		前期	中期	後期・完了期
1	月	10倍粥、鶏肉の旨煮、さつま芋煮、みそ汁	5倍粥、鶏肉の旨煮、さつま芋煮、みそ汁	軟飯、鶏肉の風味焼き、昆布の煮物、みそ汁
2	火	10倍粥、魚の煮付け、野菜煮、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、野菜煮、すまし汁	麦ごはん、カジキのきのこあんかけ、かぶのゆかり和え、すまし汁
3	水	10倍粥、豆腐煮、ほうれん草の煮浸し、みそ汁	5倍粥、豆腐煮、ほうれん草の煮浸し、みそ汁	五目納豆ご飯、厚焼玉子、ほうれん草ときのこのお浸し、みそ汁
4	木	10倍粥、豚肉の旨煮、プロッコリーの煮浸し、すまし汁	5倍粥、豚肉の旨煮、プロッコリーの煮浸し、すまし汁	焼きそば、プロッコリーのツナ和え、トマト、中華スープ
5	金	10倍粥、魚の煮付け、野菜煮、みそ汁	5倍粥、魚の煮付け、野菜煮、みそ汁	軟飯、赤魚の煮付け、はりはり漬け、みそ汁
6・20	土	10倍粥、豆腐の旨煮、ほうれん草の煮浸し、すまし汁	5倍粥、豆腐の旨煮、ほうれん草の煮浸し、すまし汁	軟飯、豆腐の旨煮、ほうれん草の和え物、すまし汁
8	月	10倍粥、鶏肉の煮物、チンゲン菜の煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉の煮物、チンゲン菜の煮浸し、すまし汁	軟飯、鶏肉のマーマレード焼き、チンゲン菜の炒め物、中華スープ
9	火	10倍粥、魚の煮付け、プロッコリーの煮浸し、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、プロッコリーの煮浸し、すまし汁	ロールパン、カレイのコーンマヨネーズ焼き、プロッコリーサラダ、ミルクスープ
10	水	10倍粥、鶏肉の旨煮、じゃが芋煮、みそ汁	5倍粥、鶏肉の旨煮、じゃが芋煮、みそ汁	軟飯、鶏肉と大根の旨煮、ポテトサラダ、みそ汁
11	木	10倍粥、鶏肉の煮物、大根煮、みそ汁	5倍粥、鶏肉の煮物、大根煮、みそ汁	肉野菜あんかけ丼、コロコロサラダ、トマト、みそ汁
12	金	10倍粥、魚の煮付け、野菜煮、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、野菜煮、すまし汁	軟飯、サバの味噌煮、きゅうりとわかめの酢の物、すまし汁
13・27	土	10倍粥、豚肉の煮物、チンゲン菜の煮浸し、みそ汁	5倍粥、豚肉の煮物、チンゲン菜の煮浸し、みそ汁	軟飯、豚肉の煮物、チンゲン菜の和え物、みそ汁
15	月	10倍粥、豆腐煮、ほうれん草の煮浸し、すまし汁	5倍粥、豆腐煮、ほうれん草の煮浸し、すまし汁	軟飯、しーほー豆腐、ほうれん草の中華和え、中華スープ
16	火	10倍粥、鶏肉の煮物、小松菜の煮浸し、みそ汁	5倍粥、鶏肉の煮物、小松菜の煮浸し、みそ汁	軟飯、鶏肉のバーベキューソース、小松菜とコーンのソテー、みそ汁
17	水	10倍粥、豚肉の煮物、チンゲン菜の煮浸し、みそ汁	5倍粥、豚肉の煮物、チンゲン菜の煮浸し、みそ汁	軟飯、豚肉のニラ炒め、チンゲン菜のおかか和え、みそ汁
18	木	10倍粥、鶏肉の旨煮、プロッコリーの煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉の旨煮、プロッコリーの煮浸し、すまし汁	親子うどん、プロッコリーの和風マヨ和え、トマト
19	金	10倍粥、魚の煮付け、小松菜の煮浸し、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、小松菜の煮浸し、すまし汁	軟飯、鮭の味噌マヨ焼き、小松菜の煮浸し、すまし汁
22	月	10倍粥、豚肉の煮物、南瓜煮、みそ汁	5倍粥、豚肉の煮物、南瓜煮、みそ汁	軟飯、豚肉のもやし炒め、冬至かぼちゃ、みそ汁
23	火	10倍粥、豚肉の煮物、野菜煮、すまし汁	5倍粥、豚肉の煮物、野菜煮、すまし汁	軟飯、厚揚げと豚ひき肉の甘辛炒め、中華風サラダ、わかめスープ
24	水	10倍粥、鶏肉の煮物、プロッコリーの煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉の煮物、プロッコリーの煮浸し、すまし汁	ケチャップライス、鶏肉のから揚げ、カラフルサラダ、コーンスープ
25	木	10倍粥、豚肉の煮物、キャベツの煮浸し、すまし汁	5倍粥、豚肉の煮物、キャベツの煮浸し、すまし汁	ビーンズドライカレー、キャベツとりんごのサラダ、トマト、卵スープ
26	金	10倍粥、魚の煮付け、ほうれん草の煮浸し、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、ほうれん草の煮浸し、すまし汁	軟飯、赤魚の胡麻照り焼き、ほうれん草の炒め物、すまし汁

*食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

*個人に合った食材・大きさに刻み提供します。

*昼食は果物が付きます。

*アレルギーのある子には除去・代替食品を使用します。

卵→タンパク質(肉・魚・大豆等) 牛乳を含む献立・菓子類→ミルクノンウエハース・ミルクノンビスケット等

