



12月献立表



2021年12月

宜野湾市 子育て支援課

日付	献立名	おやつ	材料名 (〇はおやつ材料)		
			血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの
1 水	あわごはん マーボー豆腐 ナムル ポテトスープ	保育乳 ツナコーンパン	保育乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、〇ツナ油漬缶、油揚げ、みそ	米、〇食パン、じゃがいも、〇マヨネーズ、あわ、砂糖、ごま油、油、片栗粉	長ねぎ、もやし、にんじん、こまつな、たけのこ(ゆで)、〇コーン缶、〇赤ピーマン、〇黄ピーマン、〇ピーマン、干しいたけ、にんにく、ひじき、カットわかめ
2 木	ごはん 魚の甘辛煮 春雨チャンプルー 大根みそ汁	保育乳 人参のケーキ オレンジ	保育乳、白身魚(キング)、〇卵、豚肉、みそ	米、〇小麦粉、〇砂糖、〇油、揚げ油、片栗粉、はるさめ、砂糖、油、〇白ごま	〇オレンジ、だいこん、〇にんじん、キャベツ、にんじん、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、ピーマン
3 金	みそすき丼 ブロッコリーごま和え みかん	保育乳 オートミールクッキー 黄桃	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、〇卵、みそ、〇牛乳	米、しらたき、〇小麦粉、〇無塩バター、〇黒砂糖、〇オートミール、砂糖、すりごま、〇黒ごま、片栗粉、油	〇もも缶、みかん、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、長ねぎ、ごぼう、しょうが
4 土	わかめおにぎり 鮭のバター焼き 春雨野菜スープ りんご	保育乳 ジャムサンド	保育乳、沖縄豆腐、鮭	米、はるさめ、無塩バター、〇食パン	キャベツ、にんじん、コーン缶、わかめふりかけ、りんご、〇いちごジャム
6 月	ごはん 松風焼き 切干大根と豚肉の炒め物 豆腐スープ	保育乳 さつま芋のポテトフライ りんご	保育乳、鶏ひき肉、沖縄豆腐、豚肉、みそ	〇さつまいも、米、〇揚げ油、パン粉、砂糖、油、白ごま、〇砂糖	〇りんご、たまねぎ、こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、しめじ、ピーマン、切り干しだいこん、黒きくらげ
7 火	カレーライス ウィナー ブロッコリーサラダ	保育乳 切干し大根ヒヤチ みかん	保育乳、豚肉、〇調製豆乳、ウィンナー、ツナ油漬缶、〇しらす干し	米、じゃがいも、〇小麦粉、和風ドレッシング、〇油	〇みかん、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、ピーマン、しめじ、〇にんじん、〇にら、〇切り干しだいこん
8 水	ごはん 鮭のみそマヨ焼き もずくチャンプルー 青菜スープ	保育乳 黒糖蒸しケーキ バナナ	保育乳、さけ、〇調製豆乳、豚肉、油揚げ、〇卵、みそ	米、〇ホットケーキ粉、マヨネーズ、〇油、〇黒砂糖、すりごま、油	〇パナナ、こまつな、キャベツ、もやし、にんじん、えのきたけ、もずく、たまねぎ、にら
9 木	麦ごはん 豆腐の中華煮 納豆みそ 春雨スープ	保育乳 芋くずてんぷら オレンジ	保育乳、厚揚げ、挽きわり納豆、豚肉、みそ、ツナ油漬缶	米、〇さつまいも、〇白玉粉、〇さつまいもでん粉、〇揚げ油、〇砂糖、はるさめ、押麦、砂糖、油、片栗粉	〇オレンジ、にんじん、こまつな、キャベツ、コーン缶、しめじ、たけのこ(ゆで)、ねぎ、干しいたけ、しょうが
10 金	インディアンスパゲティ ブロッコリーサラダ ポテトスープ	保育乳 わかめシラスおにぎり	保育乳、調製豆乳、豚肉、ちくわ、〇しらす干し	〇米、スパゲティ、じゃがいも、無塩バター、小麦粉、〇白ごま、油	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、こまつな、ピーマン、〇わかめふりかけ、にんにく
11 土	そばろどんぶり もずくスープ みかん	保育乳 バナナヨーグルト	保育乳、豚ひき肉、〇卵、沖縄豆腐、卵、〇豆乳ヨーグルト	米、油	みかん、こまつな、にんじん、コーン缶、しょうが、もずく、たまねぎ、しめじ、ねぎ、〇パナナ
13 月	お弁当会				
14 火	あわごはん 高野豆腐含め煮 キャベツのごま和え じゃが芋みそ汁	保育乳 りんごスコーン みかん	保育乳、豚肉、高野豆腐、鶏ひき肉、〇プレーンヨーグルト、みそ、〇卵、ちくわ	米、じゃがいも、〇強力粉、〇無塩バター、〇三温糖、〇砂糖、あわ、片栗粉、砂糖、すりごま	〇みかん、〇りんご、にんじん、キャベツ、しめじ、こまつな
15 水	ごはん チキン豆乳シチュー ブロッコリー炒め オレンジ	保育乳 焼きそば	保育乳、調製豆乳、鶏もも肉、〇豚肉	〇ゆで中華めん、米、じゃがいも、油、小麦粉、〇油、すりごま	オレンジ、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、〇キャベツ、しめじ、こまつな、コーン缶、〇赤ピーマン、〇にら
16 木	ごはん 豚と野菜しょうが焼き 和風スパゲティサラダ 豆腐みそ汁	保育乳 スイートポテト りんご	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、みそ、ツナ油漬缶、〇卵、油揚げ	〇さつまいも、米、サラダ用スパゲティ、〇三温糖、和風ドレッシング、〇無塩バター、〇生クリーム、あわ、油、三温糖、片栗粉	〇りんご、こまつな、たまねぎ、にんじん、きゅうり、赤ピーマン、黄ピーマン、しめじ、しょうが、カットわかめ
17 金	ごはん 魚のコーン揚げ キャベツひじき炒め 豚肉スープ	保育乳 昆布人参おにぎり	保育乳、白身魚(キング)、豚肉	〇米、米、小麦粉、揚げ油、油	キャベツ、にんじん、しめじ、こまつな、〇にんじん、コーン缶、クリームコーン缶、ピーマン、〇塩こんぶ、ひじき
18 土	カレーおにぎり ブロッコリーサラダ 豆腐スープ 黄桃	保育乳 Fe+Caウエハース りんご	保育乳、沖縄豆腐、豚肉、ツナ缶	米	たまねぎ、にんじん、ピーマン、カットわかめ、ブロッコリー、レタス、トマト、もも缶、〇りんご
20 月	麦ごはん 昆布納豆 切干大根と豚肉の炒め物 鶏とじゃが芋みそ汁	保育乳 豆乳くずもち 黄桃	保育乳、〇調製豆乳、挽きわり納豆、豚肉、鶏もも肉、みそ、〇きな粉	米、じゃがいも、〇タピオカ粉、〇黒砂糖、押麦	〇もも缶、にんじん、もやし、こまつな、ピーマン、コーン缶、切り干しだいこん、黒きくらげ、塩こんぶ
21 火	たきこみごはん 鶏肉のマーメイド焼き ツナ和え 豆腐みそ汁	保育乳 大学いも りんご	保育乳、鶏手羽先、沖縄豆腐、豚肉、みそ、ツナ油漬缶	〇さつまいも、米、〇砂糖、〇揚げ油、〇黒ごま	〇りんご、もやし、にんじん、しめじ、こまつな、たけのこ(ゆで)、赤ピーマン、マーメイド、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ
22 水	ウッチャンライス 煮込みハンバーグ ゆでブロッコリー 星のスープ	保育乳 誕生会ケーキ(コア)	保育乳、豚ひき肉、〇卵、沖縄豆腐、卵、〇牛乳	米、〇ホットケーキ粉、〇三温糖、〇無塩バター、〇生クリーム、パン粉、片栗粉、砂糖、油、〇砂糖、星の糖	たまねぎ、ブロッコリー、トマト水煮缶(カット)、えのきたけ、にんじん、しめじ、ねぎ、コーン缶、カットわかめ
23 木	ごはん 豚肉ピーマン炒め じゃが芋おかか煮 青菜スープ	保育乳 ミートtoast	保育乳、豚肉、〇鶏ひき肉、油揚げ、〇ピザ用チーズ	じゃがいも、米、〇食パン、油、〇三温糖、砂糖、片栗粉	こまつな、にんじん、えのきたけ、〇たまねぎ、〇にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、黒きくらげ
24 金	キャロットライス 鶏肉オーロラ焼き 野菜ソテー マカロニスープ	保育乳 Xmasクッキー オレンジ	保育乳、鶏もも肉、豚肉、〇卵、ツナ油漬缶、〇牛乳	米、〇小麦粉、〇無塩バター、〇砂糖、マヨネーズ、マカロニ、〇コーンフレーク、油、砂糖	〇オレンジ、キャベツ、たまねぎ、こまつな、にんじん、生しいたけ、赤ピーマン、セロリー、コーン缶
25 土	マーボー豆腐 春雨サラダ 玉子スープ パイン缶	保育乳 ミニゼリー オレンジ	保育乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、みそ、たまご	米、油、はるさめ、	パイン缶、長ねぎ、にんじん、干しいたけ、にんにく、きゅうり、黒きくらげ、コーン缶、〇オレンジ、ミニゼリー
27 月	あわごはん 厚揚げそばろ煮 ナムル 鶏肉スープ	保育乳 お芋スコーン りんご	保育乳、厚揚げ、鶏もも肉、豚ひき肉、大豆水煮、〇プレーンヨーグルト、〇卵、みそ	米、〇強力粉、〇さつまいも、〇無塩バター、〇三温糖、あわ、砂糖、ごま油、油	〇りんご、たまねぎ、キャベツ、にんじん、たけのこ(ゆで)、きゅうり、ピーマン、切り干しだいこん、ひじき、しょうが
28 火	沖縄そば ごま和え みかん	保育乳 みそおにぎり	保育乳、三枚肉、かまぼこ、〇ツナ油漬缶、〇みそ	沖縄そば、〇米、〇三温糖、砂糖、すりごま	みかん、もやし、にんじん、こまつな、ねぎ、〇味付けのり

☆ 保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります



12月離乳食こんだて表①



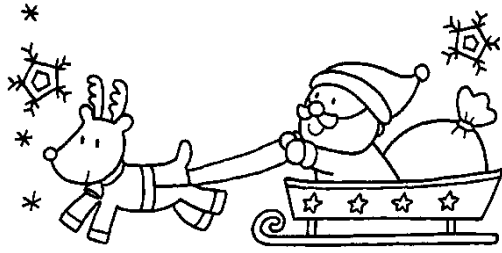
2021年12月

宜野湾市 子育て支援課

日付	曜日	材料と体内での主なはたらき						
		5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃			
1	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜ポテペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 ポテトスープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 ポテトスープ	血や肉となる食物 カヤ熱となる食物 体の調子をよくする食物		
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜ペーストサンド	ミルク、豆腐、 豚ひき肉	米、食パン、 じゃがいも	もやし、にんじん、こまつな、コーン缶、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、干しいたけ、ひじき、カットわかめ
2	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参大根青菜タネペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 大根スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 大根スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 大根スープ	血や肉となる食物 カヤ熱となる食物 体の調子をよくする食物		
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、白身魚	米	だいこん、キャベツ、にんじん、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、ピーマン
3	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タネポテペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	血や肉となる食物 カヤ熱となる食物 体の調子をよくする食物		
			保育乳 さつま芋煮	保育乳 さつま芋煮	保育乳 さつま芋煮	ミルク、豚肉、豆腐	米、さつまいも	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、長ねぎ、ごぼう
4	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タネ青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	血や肉となる食物 カヤ熱となる食物 体の調子をよくする食物		
			ミルク さつま芋りんご煮	ミルク さつま芋りんご煮	ミルク さつま芋りんご煮	ミルク、豚肉、豆腐	さつまいも、米	りんご、こまつな、たまねぎ、にんじん、きゅうり、赤ピーマン、黄ピーマン、しめじ
6	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参青菜タネポテペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	血や肉となる食物 カヤ熱となる食物 体の調子をよくする食物		
			ミルク さつま芋りんご煮	ミルク さつま芋りんご煮	ミルク さつま芋りんご煮	ミルク、鶏ひき肉、豆腐	さつまいも、米、じゃがいも	たまねぎ、こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、しめじ、ピーマン、切り干しいんご、りんご
7	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タネポテペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉ポテト煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉ポテト煮 野菜柔らか煮 スープ	血や肉となる食物 カヤ熱となる食物 体の調子をよくする食物		
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豚肉	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、ピーマン、しめじ、切り干しいんご
8	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タネ青菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	血や肉となる食物 カヤ熱となる食物 体の調子をよくする食物		
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク ホットケーキ	ミルク、白身魚	米、ホットケーキ粉	こまつな、キャベツ、もやし、にんじん、えのきたけ、もずく、たまねぎ
9	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	血や肉となる食物 カヤ熱となる食物 体の調子をよくする食物		
			ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮	ミルク、豆腐、豚肉	米、さつまいも	にんじん、こまつな、キャベツ、コーン缶、しめじ、ねぎ、干しいたけ
10	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タネ青菜ポテペースト	煮込みスパゲティ 魚煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	煮込みスパゲティ 魚煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	煮込みスパゲティ 魚煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	血や肉となる食物 カヤ熱となる食物 体の調子をよくする食物		
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、白身魚、豚肉	米、スパゲティ、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、こまつな、ピーマン
11	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タネ青菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉ポテト煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉ポテト煮 野菜柔らか煮 スープ	血や肉となる食物 カヤ熱となる食物 体の調子をよくする食物		
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜ペーストサンド	ミルク、豚肉	じゃがいも、米、食パン	こまつな、にんじん、えのきたけ、たまねぎ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、たまねぎ
13	月	 お弁当会 						
14	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参ポテ青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	血や肉となる食物 カヤ熱となる食物 体の調子をよくする食物		
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豆腐、鶏ひき肉	米、じゃがいも	にんじん、キャベツ、しめじ、こまつな

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます
 ☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります

※15日以降は裏面



12月離乳食こんだて表②



2021年12月

宜野湾市 子育て支援課

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	カや熱となる食物	体の調子をよくなる食物
15	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参ホトトギス野菜タマネギペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 鶏肉煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 煮込みそば	ミルク、鶏肉	ゆで中華めん、米、じゃがいも	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、キャベツ、しめじ、こまつな、コーン缶、赤ピーマン
16	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつまいも煮	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつまいも煮	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつまいも煮	ミルク、豆腐	米、じゃがいも、さつまいも	にんじん、こまつな、たまねぎ
17	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参ホトトギス野菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	キャベツ、にんじん、しめじ、こまつな、コーン缶、ピーマン、ひじき
18	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参ホトトギス野菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豆腐、鶏ひき肉	米、じゃがいも	にんじん、キャベツ、しめじ、こまつな
20	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豚肉、豆腐	米、じゃがいも	にんじん、もやし、こまつな、ピーマン、コーン缶、切り干しだいこん、たまねぎ
21	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつまいもりんご煮	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつまいもりんご煮	軟飯→ごはん 鶏肉煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつまいもりんご煮	ミルク、鶏肉、豆腐	さつまいも、米	もやし、にんじん、しめじ、こまつな、赤ピーマン、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ、たまねぎ
22	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豆腐肉だんご 野菜柔らか煮 スープ ミルク ホットケーキ	ミルク、豚ひき肉、豆腐	米、ホットケーキ粉、じゃがいも	たまねぎ、ブロッコリー、えのきたけ、にんじん、しめじ、ねぎ、コーン缶、カットわかめ
23	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豚肉ホトトギス煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉ホトトギス煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜ペーストサンド	ミルク、豚肉、	じゃがいも、米、食パン	こまつな、にんじん、えのきたけ、たまねぎ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、たまねぎ
24	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつまいも煮	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつまいも煮	軟飯→ごはん 鶏肉煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつまいも煮	ミルク、鶏肉	米、さつまいも	キャベツ、たまねぎ、こまつな、にんじん、生しいたけ、赤ピーマン、コーン缶
25	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参大根青菜タマネギペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 大根スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 大根スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 大根スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、白身魚	米	だいこん、キャベツ、にんじん、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、ピーマン
27	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギキャベツサツマ芋ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつまいもりんご煮	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつまいもりんご煮	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつまいもりんご煮	ミルク、豆腐、豚ひき肉	米、さつまいも	りんご、たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、ピーマン、切り干しだいこん、ひじき
28	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	煮込み沖縄そば 魚煮付け 野菜柔らか煮 ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、白身魚	沖縄そば、米、じゃがいも	もやし、にんじん、こまつな、ねぎ、たまねぎ

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます
 ☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります