



2022年12月 離乳食(後期)予定献立表



日	曜日	昼食	材料	おやつ	材料
1	木	五倍粥 スープ 白身魚の煮物 スティック野菜	米 もやし たら、玉葱、小松菜 大根、人参	麩のきな粉ミルク煮	麩、スキムミルク きな粉
2	金	五倍粥 スープ 豆腐の照り煮 スティック野菜	米 キャベツ 豆腐、人参、玉葱 大根、胡瓜	パン粥	食パン、スキムミルク
3	土	五倍粥 スープ 鶏肉の味噌煮 スティック野菜	米 わかめ 鶏ささみ、白菜、もやし じゃが芋、人参	春雨の旨煮	春雨、わかめ、人参
5	月	五倍粥 スープ さけと野菜の煮物 スティック野菜	米 絹さや さけ、キャベツ、玉葱 人参、じゃが芋	バナナ	バナナ
6	火	五倍粥 スープ ツナの味噌煮 スティック野菜	米 麩 ツナ、小松菜、玉葱 人参、胡瓜	白菜粥	米、白菜
7	水	五倍粥 スープ 豆腐の野菜あんかけ スティック野菜	米 玉葱 豆腐、キャベツ、人参 大根、胡瓜	スープパグッティ	スパグッティ キャベツ、人参
8	木	わかめ粥 スープ 白身魚の味噌煮 スティック野菜	米、わかめ かぼちゃ たら、もやし、いんげん 大根、人参	マカロニきなこミルク煮	マカロニ、スキムミルク きな粉
9	金	五倍粥 スープ 鶏ささみの照り煮 スティック野菜	米 チンゲン菜 鶏ささみ、キャベツ、玉葱 人参、じゃが芋	パン粥	食パン、スキムミルク
10	土	五倍粥 スープ 豆腐の照り煮 スティック野菜	米 わかめ 豆腐、玉葱、トマト 大根、人参	にゅうめん	そうめん、玉葱、人参
12	月	五倍粥 スープ 鶏肉の野菜あんかけ スティック野菜	米 玉葱 鶏ささみ、ほうれん草、玉葱 人参、胡瓜	きな粉パン粥	食パン、スキムミルク きな粉
13	火	五倍粥 スープ 白身魚の照り煮 スティック野菜	米 万能葱 たら、人参、玉葱 人参、ブロッコリー	りんごの甘煮	りんご
14	水	五倍粥 スープ 豆腐と野菜の味噌煮 スティック野菜	米 絹さや 豆腐、玉葱、キャベツ じゃが芋、人参	スープパグッティ	スパグッティ 人参、玉葱

タムスわんぱく保育園瑞江

日	曜日	昼食	材料	おやつ	材料
15	木	五倍粥 スープ 白身魚の野菜あんかけ スティック野菜	米 長葱 たら、もやし、小松菜 人参、大根	お麩のチーズ風味	麩、スキムミルク 粉チーズ
16	金	五倍粥 スープ 豆腐のくず煮 スティック野菜	米 わかめ 豆腐、人参、玉葱 大根、じゃが芋	きな粉粥	米、きな粉
17	土	五倍粥 スープ 鶏肉の照り煮 スティック野菜	米 玉葱 鶏ささみ、キャベツ、いんげん じゃが芋、人参	かぼちゃ粥	米、かぼちゃ
19	月	五倍粥 スープ 納豆と野菜の煮物 スティック野菜	米 麩 納豆、玉葱、人参 大根、胡瓜	バナナ	バナナ
20	火	五倍粥 スープ ツナの野菜あんかけ スティック野菜	米 わかめ ツナ、白菜、玉葱 胡瓜、人参	春雨の旨煮	春雨、わかめ、人参
21	水	五倍粥 スープ 豆腐の味噌煮 スティック野菜	米 長葱 豆腐、キャベツ、もやし 大根、胡瓜	にゅうめん	そうめん、キャベツ 人参
22	木	五倍粥 スープ 白身魚の照り煮 スティック野菜	米 そうめん たら、なす、玉葱 じゃが芋、人参	マカロニきなこミルク煮	マカロニ、スキムミルク きな粉
23	金	五倍粥 スープ ツナの味噌煮 スティック野菜	米 玉葱 ツナ、玉葱、人参 ブロッコリー、じゃが芋	りんごの甘煮	りんご
24	土	五倍粥 スープ 豆腐のスープ煮 スティック野菜	米 人参 豆腐、キャベツ、玉葱 大根、さつまいも	煮込みうどん	うどん、大根、人参
26	月	五倍粥 スープ しらすの煮物 スティック野菜	米 わかめ しらす、玉葱、白菜 人参、かぶ	パン粥	食パン、スキムミルク
27	火	五倍粥 スープ ツナのスープ煮 スティック野菜	米 白菜 ツナ、大根、人参 胡瓜、じゃが芋	バナナ	バナナ
28	水	五倍粥 スープ 豆腐の味噌あんかけ スティック野菜	米 絹さや 豆腐、小松菜、玉葱 胡瓜、人参	煮込みうどん	うどん、かぼちゃ 玉葱

*材料の入荷状況や、配達、天候等の都合により、献立を変更させて頂く場合がございます。

*だし汁には、かつお節、昆布、煮干しを使用しています。

*調味料として、醤油、上白糖、塩、味噌、サラダ油を使用しています。

