



# 令和3年 12月 離乳食献立表



日付	曜日	午前おやつ	昼食		午後おやつ		
			中期食	後期食	中期食	後期食	
27	13	月	育児ミルク又は麦茶 お菓子	おかゆ 白身魚のほうれん草あんかけ 豆腐スープ	おかゆ たらの磯辺あげ サラダ菜 ほうれん草のごま和え みそ汁	育児用ミルクまたは麦茶 おかし フルーツ	育児用ミルクまたは麦茶 おかし フルーツ
	14	火	育児ミルク又は麦茶 お菓子	おかゆ 大根と人参のだし煮 だしスープ	茶飯がゆ おでん ハムコーンサラダ(マヨドレ) みそ汁	育児用ミルクまたは麦茶 食パンがゆ	育児用ミルクまたは麦茶 シュガートースト
1	15	水	育児ミルク又は麦茶 お菓子	野菜にゆうめん きゅうりとささみ煮	白菜と豚肉の大麦麺 切り干し大根のちゅうかサラダ	育児用ミルクまたは麦茶 1日さつまいもマッシュ 15日 おかゆ	育児用ミルクまたは麦茶 1日 さつまいも天ぷら 15日 おこわ
2	16	木	育児ミルク又は麦茶 お菓子	パン粥 ツナのトマト煮 冬野菜スープ	食パンジャムサンド ラザニア 冬野菜スープ	育児用ミルクまたは麦茶 人参入りおかゆ	育児用ミルクまたは麦茶 そばめしチャーハン(おかゆ)
	17	金	育児ミルク又は麦茶 お菓子	おかゆ 白菜とささみのだし煮 だしスープ	おかゆ 八宝菜 春雨サラダ みそ汁	育児用ミルクまたは麦茶 おかし	育児用ミルクまたは麦茶 おかし
4	18	土	育児ミルク又は麦茶 お菓子	野菜あんかけがゆ だしスープ	三色弁ぶりがゆ みそ汁	育児用ミルクまたは麦茶 お菓子 フルーツ	育児用ミルクまたは麦茶 お菓子 フルーツ
6	20	月	育児ミルク又は麦茶 お菓子	おかゆ 白身魚の野菜あんかけ 豆腐スープ	おかゆ 白身魚の塩焼き 小松菜のナムル 豚汁	育児用ミルクまたは麦茶 おふ粥	育児用ミルクまたは麦茶 おふラスク
7	21	火	育児ミルク又は麦茶 お菓子	野菜そうめん きゃべつとツナのくたくた煮	しょうゆラーメン ひじきサラダ(マヨドレ)	育児用ミルクまたは麦茶 パン粥	育児用ミルクまたは麦茶 ピザトースト
8	22	水	育児ミルク又は麦茶 お菓子	おかゆ ささみと大根の煮物 だしスープ	おかゆ 焼き肉 ふろふき大根 みそ汁	育児用ミルクまたは麦茶 8日、22日 おかし	育児用ミルクまたは麦茶 8日 おかし 22日 ケーキ
9	23	木	育児ミルク又は麦茶 お菓子	パン粥 ささみと野菜煮 トマトスープ	食パン チキンカツ 茹で野菜 トマトスープ	育児用ミルクまたは麦茶 人参入りおかゆ	育児用ミルクまたは麦茶 野菜入りおかゆ
10		金	育児ミルク又は麦茶 お菓子	トマトあんかけがゆ ツナと野菜煮	ケチャップあんかけがゆ シーザーサラダ(マヨドレ)	育児用ミルクまたは麦茶 わかめにゆうめん	育児用ミルクまたは麦茶 ねぎみそにゆうめん
	24			トマトあんかけがゆ じゃがいもマッシュ	ケチャップあんかけがゆ ブロッコリー トマト ウイナー ポテトサラダ(マヨドレ) 野菜スープ	育児用ミルクまたは麦茶 豆乳お麩粥	育児用ミルクまたは麦茶 雷だるまクッキー
11	25	土	育児ミルク又は麦茶 お菓子	トマトにゆうめん 野菜スープ	トマトとベーコンのスパゲッティ 野菜スープ	育児用ミルクまたは麦茶 お菓子 フルーツ	育児用ミルクまたは麦茶 お菓子 フルーツ
	28	火	育児ミルク又は麦茶 お菓子	ほうれん草にゆうめん ツナとわかめのだし煮	豚葱うどん 海藻サラダ	育児用ミルクまたは麦茶 おかし	育児用ミルクまたは麦茶 おかし
誕生会	3	金	育児ミルク又は麦茶 お菓子	おかゆ ささみとキャベツのくたくた煮 だしスープ	青菜のふりかけおかゆ もち米しゅうまい サラダ菜 トマト ちゃんこ汁	育児用ミルクまたは麦茶 おふ粥	育児用ミルクまたは麦茶 どらやき

※刻み食は普通食からの取り分けですが、おかずはほぼ後期食と同じです。主食はごはんになります。