

2025 年度

12 月離乳食献立表（後期食）

日にち	曜日	午前		午後	
		献立	主な食材	献立	主な食材
1 ・ 15 ・	月	硬粥 鶏団子のトマト煮 里芋と人参の煮物 きゃべつと麩の煮物 玉ねぎとさつまいものみそ汁	米 鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐・パン粉・トマトピューレ・片栗粉 里芋・人参・醤油 きゃべつ・麩・みそ・片栗粉 玉ねぎ・さつまいも・みそ	硬粥 鮭の煮物 かぶの煮物 くだもの ねぎときゃべつのみそ汁	米 鮭・塩・片栗粉 かぶ・醤油 ねぎ・きゃべつ・みそ
2 ・ 16 ・	火	納豆粥 魚の煮物 ゆでブロッコリー 春雨ときゅうりの煮物 小松菜と人参のみそ汁	米・納豆・醤油 カレイ・醤油・片栗粉 ブロッコリー・塩 春雨・きゅうり・塩・片栗粉 小松菜・人参・みそ	硬粥 鶏団子の煮物 さつまいもの煮物 くだもの じゃがいもと麩のすまし汁	米 鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐・パン粉・醤油・片栗粉 さつまいも じゃがいも・麩
3 ・ 17 ・	水	硬粥 豚ひき肉ときゃべつのみそ煮 かぶの煮物 ひじきと人参の煮物 小松菜と豆腐のすまし汁	米 豚ひき肉・きゃべつ・みそ・片栗粉 かぶ・みそ ひじき・人参・醤油・片栗粉 小松菜・豆腐・醤油・塩	煮込みうどん かぼちゃの煮物 くだもの	うどん・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・醤油・塩 かぼちゃ
4 ・ 18 ・	木	ミートソースうどん ぶどう豆 白菜ときゅうりの煮物 玉ねぎときゃべつのスープ	うどん・豚ひき肉・人参・玉ねぎ・トマトピューレ・片栗粉 大豆・レーズン・醤油・砂糖 白菜・きゅうり・塩・片栗粉 玉ねぎ・きゃべつ・塩	硬粥 魚の青のり煮 ゆでブロッコリー くだもの 白菜と人参のみそ汁	米 カレイ・青のり・塩・片栗粉 ゆでブロッコリー・塩 白菜・人参・みそ
5 ・ 19 ・	金	硬粥 魚のみぞれ煮 高野豆腐の煮物 ほうれん草と麩の煮物 豚汁	米 カレイ・大根・醤油・片栗粉 高野豆腐・醤油 ほうれん草・麩・塩・片栗粉 豚ひき肉・ねぎ・人参・玉ねぎ・みそ	鶏丼 じゃがいもの煮物 くだもの ほうれん草とねぎのすまし汁	米・鶏ひき肉・玉ねぎ・醤油・片栗粉 じゃがいも・塩 ほうれん草・ねぎ・醤油・塩
6 ・ 20 ・	土	硬粥 豚ひき肉と野菜の煮物 大根の煮物 もやしと人参の煮物 玉ねぎときゃべつのすまし汁	米 豚ひき肉・きゃべつ・人参・みそ・片栗粉 大根・醤油 もやし・人参・塩・片栗粉 きゃべつ・玉ねぎ・醤油・塩	硬粥 鶏団子の煮物 人参の煮物 くだもの 玉ねぎと大根のみそ汁	米 鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐・パン粉・みそ・片栗粉 人参・醤油 玉ねぎ・大根・みそ
8 ・ 22 ・	月	硬粥 魚のみそ煮 かぼちゃの煮物 人参ときゅうりのスティック煮 きゃべつとじゃがいものすまし汁	米 カレイ・みそ・片栗粉 かぼちゃ 人参・きゅうり・塩・片栗粉 きゃべつ・じゃがいも・醤油・塩	硬粥 豚ひき肉と玉ねぎの煮物 ゆでブロッコリー くだもの ねぎと玉ねぎのスープ	米 豚ひき肉・玉ねぎ・醤油・片栗粉 塩・ブロッコリー ねぎ・玉ねぎ・塩
9 ・ 23 ・	火	硬粥 鶏団子の煮物 大根の煮物 ほうれん草と玉ねぎの煮物 かぶと豆腐のみそ汁	米 鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐・パン粉・醤油・片栗粉 大根・醤油 ほうれん草・玉ねぎ・塩・片栗粉 かぶ・豆腐・みそ	硬粥 魚の野菜煮込み さつまいもの煮物 くだもの ほうれん草ときゃべつのすまし汁	米 たら・玉ねぎ・人参・塩・片栗粉 さつまいも ほうれん草・きゃべつ・醤油・塩
10 ・ 24 ・	水	硬粥 鮭と野菜の煮物 人参の煮物 白菜ともやしの煮物 わかめと麩のすまし汁	米 鮭・きゃべつ・玉ねぎ・みそ・片栗粉 人参・醤油 白菜・もやし・塩・片栗粉 わかめ・麩・醤油・塩	硬粥 豆腐のそぼろ煮 かぶの煮物 くだもの もやしと玉ねぎのみそ汁	米 豆腐・鶏ひき肉・みそ・片栗粉 かぶ・みそ もやし・玉ねぎ・みそ
11 ・ ・	木	煮込みうどん さつまいもの煮物 大根と人参のスティック煮	うどん・豚ひき肉・ねぎ・きゃべつ・玉ねぎ・ さつまいも 大根・人参・醤油・片栗粉	硬粥 鶏ひき肉と玉ねぎの煮物 人参の煮物 くだもの ねぎとさつまいものスープ	米 鶏ひき肉・玉ねぎ・醤油・片栗粉 人参・醤油 ねぎ・さつまいも・塩
12 ・ 26 ・	金	硬粥 豚ひき肉と野菜のミルク煮 金時豆の煮物 かぶときゅうりのコロコロ煮 ほうれん草と玉ねぎのスープ	米 豚ひき肉・玉ねぎ・人参・里芋・牛乳・塩・片栗粉 金時豆・醤油・砂糖 かぶ・醤油・塩・片栗粉 ほうれん草・玉ねぎ・塩	硬粥 魚の煮物 里芋の煮物 くだもの かぶと人参のみそ汁	米 カレイ・醤油・片栗粉 里芋・醤油 かぶ・人参・みそ
13 ・ 27 ・	土	硬粥 豆腐の煮物 かぼちゃのレーズン煮 ブロッコリーと人参の煮物 さつまいもときゃべつのみそ汁	米 豆腐・醤油・片栗粉 かぼちゃ・レーズン・醤油 ブロッコリー・人参・塩・片栗粉 さつまいも・きゃべつ・みそ	硬粥 豚ひき肉と玉ねぎの煮物 じゃがいもの青のり煮 くだもの 麩と玉ねぎのみそ汁	米 豚ひき肉・玉ねぎ・醤油・片栗粉 じゃがいも・青のり・塩 麩・玉ねぎ・みそ
25	木	あけぼの粥 ハンバーグ じゃがいもの煮物 白菜とわかめの煮物 きゃべつと人参のトマトスープ	米・人参 豚ひき肉・玉ねぎ・豆腐・パン粉・塩・片栗粉 じゃがいも・塩 白菜・わかめ・みそ・片栗粉 きゃべつ・人参・トマトピューレ・塩	硬粥 鶏ひき肉と玉ねぎの煮物 人参の煮物 くだもの ねぎとさつまいものスープ	米 鶏ひき肉・玉ねぎ・醤油・片栗粉 人参・醤油 ねぎ・さつまいも・塩

お粥の水分量はこどもの状況に合わせて対応いたします。

📅 今月の誕生会は25日（木）です 📅

※献立は材料の都合により変わることがあります。