

12月離乳食献立予定表

あま市学校給食センター

R.2.12

日	曜	時間帯	完了期 (1~1歳2ヶ月)	後期 (9~11ヶ月)	中期 (7~8ヶ月)	日	曜	時間帯	完了期 (1~1歳2ヶ月)	後期 (9~11ヶ月)	中期 (7~8ヶ月)
1	火	10時おやつ	ほうれん草リング 軟飯	むらさき芋せんべい 七分がゆ	むらさき芋せんべい 五分がゆ	16	水	10時おやつ	コンバー 軟飯	むらさき芋せんべい 七分がゆ	むらさき芋せんべい 五分がゆ
		昼食	ツナとマカロニのケチャップ煮 コンンスープ クラッカー	ツナとマカロニのケチャップ煮 コンンスープ	豆腐のミルク煮 コンンスープ			昼食	鮭のレモンしょうゆ煮 冬のすまし汁 ミレービスケット	鮭のレモンしょうゆ煮 冬のすまし汁	ホキのしょうゆ煮 冬のすまし汁
2	水	14時おやつ	野菜&果物ジュース	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	17	木	14時おやつ	みかんジュース	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
		10時おやつ	コンバー 軟飯	むらさき芋せんべい 七分がゆ	むらさき芋せんべい 五分がゆ			10時おやつ	トマトリング うどん	むらさき芋せんべい 五分がゆ	むらさき芋せんべい 五分がゆ
3	木	昼食	ハンバーグ カレーライス	鶏ときやべつの煮物 麩じゃが	鶏ときやべつの煮物 麩じゃが	18	金	昼食	しらすのおやき 五目うどん	さつまいものほっこり煮 五目うどん	さつまいものほっこり煮 ほうれん草のスープ
		14時おやつ	チョコたい焼き	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい			14時おやつ	どらやき	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
4	金	10時おやつ	アスパラビスケット 軟飯	むらさき芋せんべい 七分がゆ	むらさき芋せんべい 五分がゆ	21	月	10時おやつ	アスパラビスケット	むらさき芋せんべい	むらさき芋せんべい
		昼食	切干大根の煮物 さつま汁	切干大根の煮物 さつま汁	切干大根の煮物 さつま汁			14時おやつ	おにぎりせんべい	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
7	月	14時おやつ	プリン	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	22	火	10時おやつ	おにぎりせんべい	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
		10時おやつ	赤ちゃんせんべい 中華めん 蒸ししゅうまい ハイタンラーメン	むらさき芋せんべい 七分がゆ 白身魚の甘辛煮 八宝湯	むらさき芋せんべい 七分がゆ 白身魚の甘辛煮 八宝湯			10時おやつ	にんじんリング 軟飯	むらさき芋せんべい 七分がゆ	むらさき芋せんべい 五分がゆ
8	火	14時おやつ	スイートポテト	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	23	水	14時おやつ	おにまんじゅう	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
		10時おやつ	トマトリング 軟飯	むらさき芋せんべい 七分がゆ	むらさき芋せんべい 五分がゆ			10時おやつ	コンバー 軟飯	むらさき芋せんべい 七分がゆ	むらさき芋せんべい 五分がゆ
9	水	昼食	ねぎ鶏井 きりたんぼ汁	ねぎ鶏井 きりたんぼ汁	ねぎ鶏井 きりたんぼ汁	24	木	昼食	鮭のおかか煮 豚汁	鮭の和風煮 鶏汁	タラの和風煮 鶏汁
		14時おやつ	野菜ゼリー	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい			14時おやつ	ヨーグルト	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
10	木	10時おやつ	ミレービスケット 軟飯	むらさき芋せんべい 七分がゆ	むらさき芋せんべい 五分がゆ	25	金	10時おやつ	むらさき芋せんべい 軟飯	むらさき芋せんべい 七分がゆ	むらさき芋せんべい 五分がゆ
		昼食	豆腐の中華煮 ちんげん菜のスープ	豆腐の中華煮 ちんげん菜のスープ	豆腐の中華煮 ちんげん菜のスープ			14時おやつ	りんごジュース	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
11	金	14時おやつ	まんじゅう	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	28	月	14時おやつ	りんごジュース	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
		10時おやつ	動物ビスケット 軟飯	むらさき芋せんべい 七分がゆ	むらさき芋せんべい 五分がゆ			10時おやつ	ミレービスケット 軟飯	むらさき芋せんべい 七分がゆ	むらさき芋せんべい 五分がゆ
14	月	昼食	赤魚の塩煮 関東煮	赤魚の塩煮 関東煮	赤魚の塩煮 関東煮	15	火	昼食	クリスマスチキン オニオンスープ	クリスマスチキン オニオンスープ	クリスマスチキン オニオンスープ
		14時おやつ	コンスナック ぶどうジュース	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい			14時おやつ	クリスマスケーキ	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
15	火	10時おやつ	にんじんリング 軟飯	むらさき芋せんべい 七分がゆ	むらさき芋せんべい 五分がゆ	16	水	10時おやつ	赤ちゃんせんべい 軟飯	むらさき芋せんべい 七分がゆ	むらさき芋せんべい 五分がゆ
		昼食	蒸しツナコロッケ あおさ汁	じゃがいもとツナのあわせ あおさ汁	じゃがいもといんげんのあわせ あおさ汁			14時おやつ	ねじり棒	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
16	水	14時おやつ	バナナ	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	17	木	14時おやつ	動物ビスケット	むらさき芋せんべい	むらさき芋せんべい
		10時おやつ	赤ちゃんせんべい 軟飯	むらさき芋せんべい 七分がゆ	むらさき芋せんべい 五分がゆ			10時おやつ	コンバー 軟飯	むらさき芋せんべい 七分がゆ	むらさき芋せんべい 五分がゆ
17	木	昼食	鶏の照り煮 みぞれ汁	鶏の照り煮 みぞれ汁	鶏の照り煮 みぞれ汁	18	金	昼食	鶏の照り煮 みぞれ汁	鶏の照り煮 みぞれ汁	鶏の照り煮 みぞれ汁
		14時おやつ	野菜ジュース	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい			14時おやつ	おこめパフ	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
18	金	10時おやつ	むらさき芋せんべい 軟飯	むらさき芋せんべい 七分がゆ	むらさき芋せんべい 五分がゆ	19	土	10時おやつ	むらさき芋せんべい 軟飯	むらさき芋せんべい 七分がゆ	むらさき芋せんべい 五分がゆ
		昼食	豆腐の紅白煮 こまつ菜のみそ汁	豆腐の紅白煮 こまつ菜のみそ汁	しらす豆腐 こまつ菜のみそ汁			14時おやつ	おこめパフ	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
19	土	14時おやつ	お米のタルト	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	20	日	14時おやつ	おこめパフ	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
		10時おやつ	クラッカー 軟飯	むらさき芋せんべい 七分がゆ	むらさき芋せんべい 五分がゆ			10時おやつ	クラッカー 軟飯	むらさき芋せんべい 七分がゆ	むらさき芋せんべい 五分がゆ
20	日	昼食	白身魚の甘酢煮 わかめスープ	白身魚のみみ煮 わかめスープ	麩のみみ煮 わかめスープ	21	月	昼食	わかめスープ	わかめスープ	わかめスープ
		14時おやつ	スフレパンケーキ	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい			14時おやつ	スフレパンケーキ	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい

弁当持参の日



簡易給食のため弁当持参



離乳食人気食材ランキング！
 1位…にんじん(色が鮮やかでビタミンAやカリウム、食物繊維が豊富に含まれているのが特徴で免疫力UPの効果が期待できます！)
 2位…かぼちゃ(甘みが強く、食物繊維がたっぷり。お通じによいとされています。風邪予防の効果もある寒い季節にぴったりの野菜です！)
 3位…さつまいも(消化されやすく、自然な甘みもある野菜です。炭水化物やビタミンCも豊富なので栄養価の高い野菜です。)

※ 献立について詳しくお知りになりたい方は、保育園までお問い合わせ下さい。
 ※ 青果等、使用予定産地をあま市のホームページに掲載していますのでご覧ください。
 ※ 物資の購入の都合により、献立ならび食材を変更することがあります。