

## 令和元年12月献立表（中期・モグモグ期）

2	3	4	5	6	7
月	火	水	木	金	土
にんじん粥 豆腐とほうれん草の含め煮 野菜スープ	7倍粥 たらの野菜煮 野菜スープ	さつまいも粥 ひき肉のブロッコリーあんかけ 野菜スープ	りんご粥 豆腐と白菜のとろとろ煮 野菜スープ	キャベツ粥 ささみのチーズ煮 野菜スープ	鶏だしょうどん きゅうりと豆腐のサラダ ほうれん草のお浸し
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
9	10	11	12	13	14
月	火	水	木	金	土
7倍粥 鶏肉のかぼちゃあんかけ 野菜スープ	にんじん粥 小松菜と豆腐のくずし煮 野菜スープ	りんご粥 カレーと大根の煮物 野菜スープ	野菜たっぷりうどん 鶏肉のトマト煮 野菜スープ	ひじき粥 たらのみぞれかけ 野菜スープ	野菜にゅう麺 ポパイサラダ かぶのとろとろ煮
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
16	17	18	19	20	21
月	火	水	木	金	土
チーズ粥 冬野菜のコトコト煮 野菜スープ	7倍粥 鮭とお麩の煮物 野菜スープ	トマトとしらすのうどん 炒り豆腐 卵と野菜のサラダ	たまご粥 鮭と根野菜のうま煮 野菜スープ	大根菜粥 かぼちゃとささみのあんかけ 野菜スープ	ほうとう風うどん ほうれん草とささみの和え物 にんじんのだし煮
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
23	24	25	26	27	28
月	火	水	木	金	土
きなこ粥 鶏肉と野菜のうま煮 野菜スープ	<b>クリスマスメニュー♪</b>		カラフル粥 たらのブロッコリーあん 野菜スープ	7倍粥 鶏肉と小松菜のりんご煮 野菜スープ	年越しやわらかうどん キャベツとツナのサラダ お麩の煮物
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
30	31				
月	火				
休園日	休園日				

●ひとことメッセージ●

離乳食をあまり食べないな、と心配になったときは食事の間隔や生活リズムを見直してみましょう。  
お散歩をしたり、体を動かす遊びを多く取り入れて、お腹がすくような工夫をすると効果があるでしょう。また、食事を家族やお友達と一緒にするなど、食べる意欲がでてくるような環境を変えてみる工夫をしてみましょう。

※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。  
※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。

からまつ保育園

## 令和元年12月献立表（後期・カミカミ期）

2	3	4	5	6	7
月	火	水	木	金	土
にんじん粥 豆腐とじゃがいもの含め煮 ほうれん草の和えもの 赤ちゃん味噌汁	5倍粥 たらのクリーム煮 ミモザサラダ 野菜スープ	さつまいも粥 鶏団子の煮物 ブロッコリーサラダ 赤ちゃん味噌汁	りんご粥 鶏肉の中華炒め 白菜のナムル 豆腐スープ	キャベツ粥 ささみのチーズ焼き トマトのきなこ和え 赤ちゃん味噌汁	鶏だしょうどん きゅうりと豆腐のサラダ ほうれん草のお浸し
クリームグラタン ミルク	かき玉うどん ミルク	さつまいも蒸しパン ミルク	冬の味覚オムレツ ミルク	きなこトースト ミルク	りんごの甘煮 ミルク
9	10	11	12	13	14
月	火	水	木	金	土
5倍粥 鶏肉の甘辛煮 野菜のコロコロサラダ 卵のとろみ汁	にんじん粥 赤ちゃん擬製豆腐 小松菜のおかか和え 赤ちゃん味噌汁	りんご粥 カレーと大根の煮物 野菜の白和え 赤ちゃんすまし汁	野菜たっぷりうどん 肉団子のトマト煮 ブロッコリーのヨーグルトサラダ	ひじき粥 たらのみぞれ煮 納豆サラダ 赤ちゃん味噌汁	しめじと鶏肉のにゅう麺 ポパイサラダ かぶのとろとろ煮
やわらかプリン ミルク	シュガートースト ミルク	手作りボーロ ミルク	ころころきなこおにぎり ミルク	豆乳チーズケーキ ミルク	りんごヨーグルト ミルク
16	17	18	19	20	21
月	火	水	木	金	土
チーズ粥 冬野菜のクリーム煮 にんじんサラダ 野菜スープ	5倍粥 鮭とお麩の煮物 三色納豆和え 赤ちゃん味噌汁	トマトとしらすのうどん 炒り豆腐 卵と野菜のサラダ	たまご粥 鮭の照り焼き 根野菜の甘辛煮 赤ちゃんすまし汁	大根菜粥 鶏肉の味噌焼き かぼちゃのくずし煮 赤ちゃん味噌汁	ほうとう風うどん ほうれん草とささみの和え物 にんじんのチーズ和え
ごぼうと油揚げのうどん ミルク	手作りベビークッキー ミルク	野菜雑炊 ミルク	パンプディング ミルク	ミルクプリン ミルク	お麩ピザ ミルク
23	24	25	26	27	28
月	火	水	木	金	土
きなこ粥 鶏肉と野菜のうま煮 きゅうりとわかめの和え物 赤ちゃん味噌汁	<b>クリスマスメニュー♪</b>		カラフル粥 たらのピカタ ブロッコリーの炒めもの 冬野菜のトマトスープ	5倍粥 鶏肉の卵とじ 小松菜のちりめん浸し 赤ちゃん味噌汁	年越しうどん キャベツとツナのサラダ お麩の煮物 野菜スープ
クリームマカロニ ミルク	お麩ラスク ミルク	雪だるま蒸しパン ミルク	さつまチーズボール ミルク	豆乳フレンチトースト ミルク	フルーツヨーグルト ミルク
30	31				
月	火				
休園日	休園日				

立冬メニュー

冬至メニュー

お誕生会

年越しメニュー

●ひとことメッセージ●

離乳食を一から作るのは大変な時もあるかと思いますが、この時期になると大人のメニューから取り分けをして離乳食を作ることができるようになってきます。味をつける前に取り出して、小さ目に切つてとろみをつけるなどするとよいでしょう。また、ベビーフードに細かくした野菜やお肉などを入れるなど、上手に取り入れて、離乳食を無理なく進めていきましょう。

※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。  
 ※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。

## 令和元年12月献立表（完了期・パクパク期）

2 月	3 火	4 水	5 木	6 金	7 土
にんじん粥 赤ちゃん肉じゃが ほうれん草のごま和え 豆腐の味噌汁 りんご	軟飯 えびのクリーム煮 ミモザサラダ 野菜スープ ヨーグルト	さつまいも粥 鶏団子の煮物 ブロッコリーサラダ 野菜たっぷり味噌汁 みかん	軟飯 赤ちゃん酢豚 白菜のナムル わかめスープ 赤ちゃんりんご寒天	キャベツ粥 ささみのチーズ焼き トマトのきなこ和え 豚汁 ヨーグルト	鶏だしょうどん きゅうりと豆腐のサラダ グレープ寒天
クリームグラタン 麦茶	かき玉うどん 麦茶	さつまいも蒸しパン 麦茶	冬の味覚オムレツ 麦茶	きなこトースト 麦茶	りんごの甘煮 麦茶
9 月	10 火	11 水	12 木	13 金	14 土
軟飯 鶏肉の甘辛煮 野菜のコロコロサラダ 卵のとろみ汁 みかん	にんじん粥 赤ちゃん擬製豆腐 小松菜のおかか和え 大根の味噌汁 アップル寒天	軟飯 カレーと大根の煮物 野菜の白和え はんぺんのふわふわ汁 りんご	野菜たっぷりラーメン 肉団子のトマト煮 ブロッコリーのチーズ焼き ヨーグルト	ひじき粥 さばの塩焼き 納豆サラダ 麩の味噌汁 りんご	しめじと鶏肉のスパゲティ ポパイサラダ かぶのスープ 赤ちゃんみかん寒天
やわらかプリン 麦茶	シュガートースト 麦茶	手作りボーロ 麦茶	ころころきなこおにぎり 麦茶	豆乳チーズケーキ 麦茶	りんごヨーグルト 麦茶
16 月	17 火	18 水	19 木	20 金	21 土
チーズ粥 冬野菜のクリーム煮 にんじんサラダ 野菜スープ みかん	軟飯 かじきのかば焼き風 三色ごま和え キャベツと油揚げの味噌汁 赤ちゃんりんご寒天	トマトソーススパゲティ しらすのサラダ 卵と野菜のスープ ヨーグルト	たまご粥 鮭の照り焼き 根野菜の甘辛煮 赤ちゃんすまし汁 みかん	大根菜粥 鶏肉の味噌焼き かぼちゃと豆の煮物 白菜の味噌汁 りんご	赤ちゃん味噌ラーメン ほうれん草とささみのごま和え オレンジ寒天
ごぼうと油揚げのうどん 麦茶	手作りベビークッキー 麦茶	野菜雑炊 麦茶	パンプディング 麦茶	ミルクプリン 麦茶	お麩ピザ 麦茶
23 月	24 火	25 水	26 木	27 金	28 土
きなこ粥 赤ちゃん炒り鶏 きゅうりとわかめの酢の物 麩とねぎの味噌汁 グレープ寒天	<b>クリスマスメニュー♪</b>	カラフル粥 たらのピカタ ブロッコリーのベーコン炒め 冬野菜のトマトスープ 12月のパースディケーキ	軟飯 鶏肉の卵とじ 小松菜のちりめん浸し わかめの味噌汁 赤ちゃんりんご寒天	年越しうどん キャベツとツナのサラダ 赤ちゃんみかん寒天	軟飯 チキンのトマト煮込み マカロニサラダ オニオンスープ りんご
クリームマカロニ 麦茶	お麩ラスク 麦茶	雪だるま蒸しパン 麦茶	さつまチーズボール 麦茶	豆乳フレンチトースト 麦茶	フルーツヨーグルト 麦茶
30 月	31 火				
休園日	休園日				
<p>●ひとことメッセージ●</p> <p>上手に咀嚼、飲み込みをして食べることができているのであれば、大人の食事から食べられそうなものを取り分けてあげるとよいでしょう。家族と同じものを食べているという喜びにつながります。</p> <p>ただし、大人とまったく同じものを食べることはまだできません。薄味にして、脂っぽいもの、塩辛いもの、固すぎるもの</p>					

※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。  
 ※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。

からまつ保育園