

## 令和4年12月献立表（中期・モグモグ期）

<div style="display: flex; align-items: center;">  <div style="margin-left: 20px;"> <p>●ひとことメッセージ●</p> <p>初めての食材を試すときは、ごく少量ずつで赤ちゃんの機嫌がいいときにしましょう。アレルギーなどの症状が出たときに原因となった食材を特定できるように、初めての食材は1食で1種類ずつ、また、すぐに病院に受診できるように午前中に試すようにし、焦らずに慎重に進めていきましょう。</p> </div> </div>			<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
			<b>木</b>	<b>金</b>	<b>土</b>
			りんご粥 鶏そぼろの煮物 ポテトスープ	わかめ粥 豆腐のくずし煮 野菜スープ	赤ちゃんうどん ほうれん草のすり流し ヨーグルト
			ミルク	ミルク	ミルク
<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
<b>月</b>	<b>火</b>	<b>水</b>	<b>木</b>	<b>金</b>	<b>土</b>
ミルク粥 白身魚とにんじんの煮物 野菜スープ	パン粥 ささみのチーズ煮 野菜スープ	野菜粥 魚のブロッコリーあんかけ 野菜スープ	にんじん粥 さつまいものヨーグルト和え 野菜スープ	7倍粥 野菜のあんかけ 野菜スープ	トマトマカロニ キャベツのすり流し 野菜スープ
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
<b>月</b>	<b>火</b>	<b>水</b>	<b>木</b>	<b>金</b>	<b>土</b>
キャベツ粥 ささみの豆腐和え 野菜スープ	パン粥 赤ちゃんグラタン 野菜スープ	ミルクうどん 鶏のトマト煮 かぼちやの茶巾	大根粥 鮭のおろし煮 野菜スープ	にんじん粥 鶏とかぶの煮物 野菜スープ	やわらかうどん トマトの白和え ヨーグルト
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>
<b>月</b>	<b>火</b>	<b>水</b>	<b>木</b>	<b>金</b>	<b>土</b>
ささみ粥 りんごとさつまいものチーズ和え 野菜スープ	五目粥 鮭のうま煮 野菜スープ	しらす粥 鶏の野菜あん 野菜スープ	7倍粥 かぼちやのそぼろ煮 野菜スープ	<b>初めての クリスマスメニュー♪</b>	パン粥 にんじんとツナの和え物 野菜スープ
	ミルク	ミルク	ミルク		ミルク
<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>
<b>月</b>	<b>火</b>	<b>水</b>	<b>木</b>	<b>金</b>	<b>土</b>
ひじき粥 魚のやわらか煮 野菜スープ	ブロッコリー粥 ささみのホワイトソース煮 野菜スープ	赤ちゃん年越しうどん 青菜の白和え みかん入りヨーグルト	<b>休園日</b>	<b>休園日</b>	<b>休園日</b>
ミルク	ミルク	ミルク			

※ 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4年12月献立表（後期・カミカミ期）

<div style="display: flex; align-items: center;">  <div style="border: 2px solid blue; border-radius: 15px; padding: 10px; width: 150px;"> <p>●ひとことメッセージ●</p> <p>離乳食を一から作ること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食事から取り分けをして離乳食を作ることもできるようになってきます。味をつける前に取り出して、小さ目に切っ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。</p> </div> </div>			<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
			<b>木</b>	<b>金</b>	<b>土</b>
			りんご粥 やわらか肉ボール ポテトサラダ 野菜スープ 赤ちゃんプリン ミルク	わかめ粥 豆腐ハンバーグ 赤ちゃんサラダ 野菜スープ にゅう麺 ミルク	赤ちゃんうどん ほうれん草のソテー ヨーグルト 赤ちゃんクッキー ミルク
			<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
<b>月</b>	<b>火</b>	<b>水</b>	<b>木</b>	<b>金</b>	<b>土</b>
5倍粥 赤ちゃんシチュー にんじんのサラダ たまねぎのスープ ふろふき大根 ミルク	スティックパン 赤ちゃんハンバーグ 焼きポテト 野菜スープ 野菜粥 ミルク	納豆粥 魚のプロッコリーあんかけ 白菜の煮浸し 赤ちゃん味噌汁 ミルクプリン ミルク	三色粥 さつまいものヨーグルト和え 野菜スープ ちゃんぽんうどん ミルク	5倍粥 野菜のあんかけ ハムサラダ 玉子スープ きなこ蒸しパン ミルク	トマトマカロニ キャベツのサラダ 野菜スープ ころころおにぎり ミルク
<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
<b>月</b>	<b>火</b>	<b>水</b>	<b>木</b>	<b>金</b>	<b>土</b>
キャベツ粥 ささみのチーズ焼き トマトサラダ 赤ちゃん豚汁 手作りボーロ ミルク	ジャムスティックパン 赤ちゃんグラタン きゅうりのサラダ トマトスープ 二色おにぎり ミルク	豆乳うどん ころころしゅうまい かぼちゃの茶巾 シュガートースト ミルク	大根粥 鮭のやわらか焼き にんじんとれんこんの煮物 赤ちゃんすまし汁 チーズプリン ミルク	にんじん粥 鶏とかぶの煮物 チーズサラダ 野菜スープ 野菜うどん ミルク	かき玉うどん トマトの白和え ヨーグルト 赤ちゃんせんべい ミルク
<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>
<b>月</b>	<b>火</b>	<b>水</b>	<b>木</b>	<b>金</b>	<b>土</b>
カラフル粥 ささみのトマトソース焼き さつまいものチーズサラダ 野菜スープ ヨーグルト蒸しパン ミルク	五目粥 鮭のうま煮 ほうれん草のお浸し そうめん汁 野菜入りオムレツ ミルク	5倍粥 赤ちゃん炒り鶏 白菜のしらすの和え物 赤ちゃん味噌汁 ミニパンケーキ ミルク	5倍粥 魚と大根の煮物 かぼちゃのそぼろ煮 豆腐の味噌汁 赤ちゃん肉まん ミルク	初めての <b>クリスマスメニュー♪</b> フルーツ寒天 ミルク	スティックパン 炒り玉子 マカロニサラダ 野菜スープ こぶきいも ミルク
<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>
<b>月</b>	<b>火</b>	<b>水</b>	<b>木</b>	<b>金</b>	<b>土</b>
5倍粥 魚のやわらか煮 ひじきの煮物 赤ちゃんお雑煮風 ポテトおやき ミルク	5倍粥 ホワイトシチュー ブロッコリーサラダ 野菜スープ 具だくさんうどん ミルク	年越しうどん 青菜の白和え みかん入りヨーグルト 赤ちゃんクッキー ミルク	<b>休園日</b>	<b>休園日</b>	<b>休園日</b>

※ 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4年12月献立表（完了期・パクパク期）

●ひとことメッセージ●					
 <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繋がります。 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、脂っばいもの、塩辛いもの、固すぎるものなどは取り分ける時に気をつけて、食べやすいようにひと手間を加えましょう。</p>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	
		<b>木</b>	<b>金</b>	<b>土</b>	
		軟飯 やわらか肉ボール ポテトサラダ 野菜スープ りんご 赤ちゃんプリン 麦茶	わかめ粥 豆腐ハンバーグ 赤ちゃんサラダ 野菜スープ フルーツポンチ にゅう麵 麦茶	赤ちゃんうどん ほうれん草とコーンのソテー ヨーグルト 赤ちゃんクッキー 麦茶	
<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
<b>月</b>	<b>火</b>	<b>水</b>	<b>木</b>	<b>金</b>	<b>土</b>
軟飯 赤ちゃんシチュー にんじんのサラダ たまねぎのスープ オレンジ寒天 ふろふき大根 麦茶	スティックパン 赤ちゃんハンバーグ フライドポテト 野菜スープ りんご 野菜粥 麦茶	納豆粥 魚のブロッコリーあんかけ 白菜のお浸し 赤ちゃん味噌汁 みかん ミルクプリン 麦茶	三色粥 にんじんしりしり 野菜スープ ヨーグルト ちゃんぽんうどん 麦茶	軟飯 野菜の細切り炒め ハムサラダ 玉子スープ ミルク寒天 きなこ蒸しパン 麦茶	トマトマカロニ キャベツのサラダ 野菜スープ りんご ころころおにぎり 麦茶
<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
<b>月</b>	<b>火</b>	<b>水</b>	<b>木</b>	<b>金</b>	<b>土</b>
キャベツ粥 ささみのチーズ焼き トマトサラダ 赤ちゃん豚汁 フルーツポンチ 手作りボーロ 麦茶	ジャムスティックパン 赤ちゃんグラタン きゅうりのサラダ トマトスープ ヨーグルト 二色おにぎり 麦茶	豆乳うどん ころころしゅうまい かぼちゃの茶巾 みかん シュガートースト 麦茶	大根粥 鮭のやわらか焼き にんじんとれんこんの煮物 赤ちゃんすまし汁 フルーツ寒天 チーズプリン 麦茶	にんじん粥 鶏とかぶの煮物 チーズサラダ 野菜スープ りんご 野菜うどん 麦茶	かき玉うどん トマトの白和え ヨーグルト 赤ちゃんせんべい 麦茶
<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>
<b>月</b>	<b>火</b>	<b>水</b>	<b>木</b>	<b>金</b>	<b>土</b>
カラフル粥 ささみのトマトソース焼き さつまいものチーズサラダ 野菜スープ りんご ヨーグルト蒸しパン 麦茶	五目粥 鮭のうま煮 ほうれん草のごま和え そうめん汁 12月のバースデイケーキ 野菜入りオムレツ 麦茶	軟飯 赤ちゃん炒り鶏 白菜のしらすの和え物 赤ちゃん味噌汁 みかん ミニパンケーキ 麦茶	軟飯 魚と大根の煮物 かぼちゃのそぼろ煮 豆腐の味噌汁 ミルク寒天 赤ちゃん肉まん 麦茶	<b>初めての クリスマスメニュー♪</b>	スティックパン 炒り玉子 マカロニサラダ 野菜スープ ヨーグルト こふきいも 麦茶
<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>
<b>月</b>	<b>火</b>	<b>水</b>	<b>木</b>	<b>金</b>	<b>土</b>
軟飯 焼き魚 ひじきの煮物 赤ちゃんお雑煮風 りんご ポテトおやき 麦茶	軟飯 ホワイトシチュー ブロッコリーサラダ 野菜スープ ヨーグルト 具だくさんうどん 麦茶	年越しうどん 青菜の白和え みかん 赤ちゃんクッキー 麦茶	<b>年越しメニュー</b>  <b>休園日</b>	<b>休園日</b>	<b>休園日</b>

※ 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