

平成29年



12月幼児食予定献立表



西原白百合保育園

日	曜日	朝のおやつ		おやつ	赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)		
1	金	ごまウエハース	ふりかけご飯 豆腐の野菜あんかけ 果物 もずく酢 レバー汁	小倉蒸しパン 牛乳	もずく 木綿豆腐 豚レバー 卵 牛乳	白米 じゃが芋	冬瓜 人参 にはら 玉ねぎ ねぎ 胡瓜 果物 椎茸 もやし		
2	土	小魚	炊き込みご飯 胡瓜の和え物 果物 豚汁	はちやぐみ レーズン 牛乳	ツナ缶 ひじき ちくわ ワカメ 豚肉 牛乳	白米 こんにやく はちやぐみ	人参 にはら 胡瓜 大根 ねぎ 果物		
4	月	黒棒	ゆかりご飯 サバのみそ煮 果物 卵の花 アーサと冬瓜のすまし汁	ジャムパン 牛乳	サバ おから 豚肉 油揚げ アーサ 牛乳	白米 こんにやく パン	大根 しそ 椎茸 もやし ねぎ 冬瓜 かいわれ 果物		
5	火	プリン	ひじき入りミートスパゲティ 果物 野菜サラダ ワカメスープ	昆布おにぎり 焼きちくわ	合挽き ワカメ しそ昆布 ちくわ ひじき	スパゲティ 白米	人参 玉ねぎ ピーマン レタス トマト コーン 胡瓜 果物		
6	水	チョコウエハース	五穀米ご飯 魚のゆかり焼き 果物 豚バラ大根 白菜のみそ汁	アメリカンドック 牛乳	カラスカレイ 豚肉 油揚げ 牛乳 卵 ウインナー	白米 五穀米	トマト 大根 人参 果物 白菜 ねぎ かいわれ		
7	木	果汁	ごはん 秋刀魚のかば焼き みそ汁 ヨーグルトプリン ほうれん草の白和え	ちんすこう りんご 牛乳	卵 秋刀魚 ツナ缶 木綿豆腐 牛乳 ワカメ	白米 ちんすこう	青しそ ほうれん草 人参 ねぎ 果物 えのき茸		
8	金	ヤクルト	ご飯 チキンのカレーチーズ焼き 果物 温野菜サラダ 冬瓜のみそ汁	卵サンドイッチ 牛乳	鶏肉 粉チーズ 牛乳 卵	白米 さつま芋 パン	ブロッコリー 人参 果物 冬瓜 しめじ ねぎ 玉ねぎ パセリ		
9	土	かりんとう	焼きそば 和え物 果物 ゆし豆腐	ピスコ チーズ 牛乳	豚肉 ツナ缶 ゆし豆腐 チーズ 牛乳	白米 中華麺	人参 玉ねぎ ピーマン キャベツ 胡瓜 ねぎ 果物		
11	月	はちや棒	青菜チャーハン キャベツ入り肉団子 ヨーグルトあえ うどん汁	ふかし芋 牛乳	ウインナー 卵 豚ミンチ ヨーグルト ワカメ 油揚げ 牛乳	白米 さつま芋 うどん	玉ねぎ 人参 キャベツ からし菜 果物		
12	火	グレープゼリー	あわご飯 鮭のタルタル焼き 果物 ひじき炒め みそ汁	ちんびん 牛乳	鮭 卵 ひじき 豚肉 牛乳	白米 しらたき じゃが芋	ブロッコリー 人参 にはら しめじ 長ネギ 果物		
13	水	ブルー	パン シチュー 魚フライ 果物 トマトサラダ	鮭おにぎり 牛乳	鶏肉 白身魚 卵 牛乳 枝豆 鮭	パン じゃが芋	玉ねぎ 人参 果物 グリーンピース トマト		
14	木	ヨーグルト	ご飯 南瓜コロケ 果物 ブロッコリーサラダ オニオンスープ	ぜんざい せんべい	合挽 卵 油揚げ 牛乳 金時豆	白米 押麦 せんべい	玉ねぎ 南瓜 人参 ブロッコリー パセリ 果物		
15	金	ビスケット	根野菜カレー 野菜サラダ 果物	チョコチップ ケーキ 牛乳	鶏肉 豆乳 牛乳 ツナ缶	白米 さつま芋 じゃが芋 チョコ	人参 玉ねぎ 大根 グリーンピース 果物 レタス パセリ コーン ピーマン		
16	土	クリスマス発表会							
18	月	フルーツグラノーラ	玄米ご飯 魚の天ぷら 果物 パパイアイリチー 豆腐のすまし汁	お好み焼き 牛乳	白身魚 卵 ツナ缶 アーサ 絹豆腐 ウインナー チーズ 牛乳	白米 玄米	トマト パパイア 玉ねぎ 人参 ねぎ 果物 キャベツ		
19	火	レーズン	かき玉にゆうめん チーズちくわ揚げ トマトあえ 果物	みそおにぎり 枝豆	ナルト 卵 ちくわ チーズ ツナ缶 枝豆	ソーメン 白米	長ネギ トマト コーン 果物		
20	水	小魚	豆腐そぼろかけご飯 果物 コールスローサラダ なめこ汁	プリン クラッカー	木綿豆腐 合挽 卵 プリン	白米 しらたき クラッカー	玉ねぎ ねぎ キャベツ 人参 胡瓜 白菜 なめこ 果物		
21	木	ヤクルト	クリスマスバイキング						
22	金	オレンジゼリー	トウジンジュージー 南瓜の煮物 果物 胡瓜のおかかあえ イナムドウチ	バナナ サーターアランダギー 牛乳	ツナ缶 ひじき 豚肉 カステラかまぼこ 牛乳 卵	白米 こんにやく	人参 ねぎ 南瓜 胡瓜 椎茸 ねぎ 果物		
25	月	タンナファクルー	ドライカレー ツナサラダ 果物 ヌードルスープ	マシュマロおこし 牛乳	合挽き ツナ缶 牛乳 ベーコン チーズ きなこ	白米 マシュマロ スパゲティ オートミール コーンフレーク	玉ねぎ 人参 コーン キャベツ セロリ 果物 トマトホール パセリ		
26	火	果汁	ご飯 魚の西京焼き 果物 南瓜サラダ ゆし豆腐	ホットケーキ 牛乳	カラスカレイ チーズ 卵 ゆし豆腐 牛乳	白米	ブロッコリー 人参 南瓜 果物 ねぎ		
27	水	ブルー	三枚肉そば 胡瓜ともやしのごまあえ 果物 金時豆の甘煮	ワカメおにぎり 人参スティック	三枚肉 ワカメ かまぼこ 金時豆	沖縄そば パン	胡瓜 もやし 人参 ねぎ 果物		
28	木	チョコウエハース	お弁当会						

※ 食材の都合により献立を変更する事があります。

※ 12月23日は天皇誕生日でお休みです。

※ 12月28日で御用納めです。



12月離乳食予定献立表



西原白百合保育園

平成29年

日曜日	初期(こっくん期) 5~6ヶ月	中期(もぐもぐ期) 7~8ヶ月	後期(かみかみ期) 9~11ヶ月	2回食 pm3:00 後期~
調理形態	ヨーグルト状 ペースト	豆腐の固さ マッシュ	バナナの固さ 柔らかく刻み	
1 金	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 おろし胡瓜 じゃが芋スープ	全粥 魚のつぶし野菜煮 果物 胡瓜のおろしあえ レバー汁	軟飯 魚の野菜煮 果物 胡瓜の和え物 レバー汁	小倉 蒸しパン
2 土	つぶし粥 人参ペースト 果汁 和え物マッシュ 大根スープ	全粥 ササミのつぶし煮 果物 つぶし和え物 大根のみそ汁	軟飯 ササミの煮物 果物 和え物 大根のみそ汁	ビスケット レーズン
4 月	つぶし粥 白身魚のすり流し 果汁 人参マッシュ 冬瓜スープ	全粥 つぶし魚のつぶし煮 果物 人参つぶし煮 冬瓜のすまし汁	軟飯 魚のみそ煮 果物 人参しりしり煮 冬瓜のすまし汁	ジャムパン
5 火	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 大根ペースト 白菜スープ	全粥 魚のトマトつぶし煮 果物 大根そぼろつぶし煮 白菜のみそ汁	軟飯 魚のトマト煮 果物 大根そぼろ煮 白菜のみそ汁	チーズ パンケーキ
6 水	つぶしスパゲティ 野菜サラダマッシュ 果汁 オニオンスープ	つぶしスパゲティ つぶし野菜サラダ 果物 ワカメスープ	柔らかくスパゲティ 野菜サラダ 果物 ワカメスープ	昆布おにぎり
7 木	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 ほうれん草ペースト オニオンスープ	全粥 魚のミルクつぶし煮 果物 ほうれん草のつぶし白和え みそ汁	軟飯 魚のミルク煮 果物 ほうれん草の白和え みそ汁	南瓜おやき
8 金	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 温野菜サラダマッシュ 冬瓜スープ	全粥 鶏肉のつぶしチーズ煮 果物 つぶし温野菜ズサラダ 冬瓜のみそ汁	軟飯 鶏肉のチーズ煮 果物 温野菜サラダ 冬瓜のみそ汁	ジャムパン
9 土	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 胡瓜の和え物マッシュ すましスープ	全粥 鶏肉のつぶし煮 果物 胡瓜のつぶしあえ ゆし豆腐	軟飯 鶏肉の煮物 果物 胡瓜の和え物 ゆし豆腐	ビスケット チーズ
11 月	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 うどんすり流し汁	つぶし青菜全粥 ササミのつぶし野菜煮 ヨーグルトあえ うどん汁	青菜軟飯 ササミの野菜煮 ヨーグルトあえ うどん汁	ふかし芋
12 火	つぶし粥 白身魚のすり流し 果汁 きんぴらマッシュ じゃが芋スープ	あわ全粥 つぶし鮭のミルク煮 果物 きんぴらつぶし煮 じゃが芋のみそ汁	あわ軟飯 鮭のミルク煮 果物 きんぴら煮 じゃが芋のみそ汁	ちんびん
13 水	つぶし粥 野菜スープマッシュ 果汁 魚のすり流し トマトサラダペースト	全粥 つぶしシチュー 果物 魚のチーズつぶし煮 つぶしトマトサラダ	軟飯 シチュー 果物 魚のチーズ煮 トマトサラダ	鮭おにぎり
14 木	つぶし粥 南瓜ペースト 果汁 ブロッコリーサラダマッシュ 大根スープ	全粥 南瓜つぶし煮 果物 ブロッコリーつぶしサラダ 大根汁	軟飯 南瓜の煮物 果物 ブロッコリーサラダ 大根のみそ汁	ぜんざい
15 金	つぶし粥 野菜スープ 果汁 サラダマッシュ オニオンスープ衣	全粥 つぶしホワイトシチュー ヨーグルトあえ つぶしサラダ オニオンスープ	軟飯 ホワイトシチュー ヨーグルトあえ サラダ オニオンスープ	チーズ スコーン
16 土	🎄🎅🎁🎶🎵🎪🎠🎡🎢🎣🎤🎧🎨🎩🎭🎮🎯🎰🎱🎲🎳🎴🎵🎶🎷🎸🎹🎺🎻🎼🎽🎾🎿🏀🏈🏉🏊🏋🏌🏍🏎🏏🏐🏑🏒🏓🏔🏕🏖🏗🏘🏙🏚🏛🏜🏝🏞🏟🏠🏡🏢🏣🏤🏥🏦🏧🏨🏩🏪🏫🏬🏭🏮🏯🏰🏱🏲🏳🏴🏵🏶🏷🏸🏹🏺🏻🏼🏽🏾🏿🏠🏡🏢🏣🏤🏥🏦🏧🏨🏩🏪🏫🏬🏭🏮🏯🏰🏱🏲🏳🏴🏵🏶🏷🏸🏹🏺🏻🏼🏽🏾🏿			
18 月	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 人参ペースト オニオンスープ	全粥 魚のトマトつぶし煮 果物 人参つぶし煮 みそ汁	軟飯 魚のトマト煮 果物 人参炒め煮 みそ汁	お好みやき
19 火	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 トマトペースト	つぶしにゅうめん 魚のミルクつぶし煮 果物 トマトつぶしあえ	にゅうめん 魚のミルク煮 果物 トマトあえ	みそおにぎり
20 水	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 コールスローサラダマッシュ 白菜スープ	全粥 豆腐そぼろつぶし煮 果物 コールスローサラダ 白菜のみそ汁	軟飯 豆腐そぼろ煮 果物 コールスローサラダ 白菜のみそ汁	ヨーグルト ビスケット
21 木	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 ブロッコリーサラダマッシュ オニオンスープ	全粥 ささみの野菜つぶし煮 ヨーグルト つぶしブロッコリーサラダ オニオンスープ	軟飯 ささみの野菜煮 ヨーグルト ブロッコリーサラダ オニオンスープ	クリスマス パンケーキ
22 金	つぶし人参粥 南瓜ペースト 果汁 胡瓜のおろしあえ オニオンスープ	ジュシー 南瓜の煮物 果物 胡瓜のおろし和え 鶏汁	ジュシー 南瓜の煮物 果物 胡瓜の和え物 鶏汁	焼きバナナ
25 月	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 キャベツサラダマッシュ トマトスープ	全粥 野菜ミルクつぶし煮 果物 つぶしツナサラダ ヌードルスープ	軟飯 野菜ミルク煮 果物 ツナサラダ ヌードルスープ	コーンフレーク ミルク
26 火	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 南瓜サラダマッシュ すましスープ	全粥 野菜のつぶし煮 果物 南瓜サラダ ゆし豆腐	軟飯 魚の野菜煮 果物 南瓜サラダ ゆし豆腐	パンケーキ
27 水	うどんすり流し汁 和え物マッシュ 果汁	煮込みつぶしうどん つぶし和え物 果物 金時豆のつぶし煮	煮込みうどん 和え物 果物 金時豆の甘煮	ワカメ おにぎり
28 木	🎄🎅🎁🎶🎵🎪🎠🎡🎢🎣🎤🎧🎨🎩🎭🎮🎯🎰🎱🎲🎳🎴🎵🎶🎷🎸🎹🎺🎻🎼🎽🎾🎿🏀🏈🏉🏊🏋🏌🏍🏎🏏🏐🏑🏒🏓🏔🏕🏖🏗🏘🏙🏚🏛🏜🏝🏞🏟🏠🏡🏢🏣🏤🏥🏦🏧🏨🏩🏪🏫🏬🏭🏮🏯🏰🏱🏲🏳🏴🏵🏶🏷🏸🏹🏺🏻🏼🏽🏾🏿			

- ※ 食材の都合により献立を変更する事があります。
- ※ 離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整しています。
- ※ 12月23日は天皇誕生日でお休みです。
- ※ 12月28日で御用納めです。