



# 12月の離乳食献立表（後期～完了期）



令和2年12月1日

池田市立保育所・認定こども園

実施日	間食 (午前)	献立名		間食(午後)	献立名		
		献立名	後期(9~11ヶ月)			完了期(12~18ヶ月)	
			昼食				食品名
1	火	調乳 ビスケット	かゆ→軟飯 牛肉と野菜煮 みそ汁	米。牛肉 三度豆 人参 砂糖 醤油 だし汁。豆腐 白菜 えのきだけ 人参 みそ だし汁。 りんご。	調乳 りんご せんべい	軟飯→ごはん 牛肉と野菜煮 みそ汁	
2	水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 煮魚 すまし汁 デ) みかん	米。白身魚 ブロッコリー 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。木綿豆腐 小松菜 たまねぎ 人参 醤油 出し汁。みかん。/ ホットケーキミックス バター 上白糖 ベーキングパウダー りんご 育児用ミルク。	調乳 ☆やわらかりんごケーキ	軟飯→ごはん 煮魚 すまし汁 デ) みかん	
3	木	調乳 ウエハース	パンがゆ→ロールパン スパゲッティくたくた煮 卵スープ	ロールパン 野菜スープ。スパゲッティ 牛挽き肉 人参 玉ねぎ 醤油 だし汁。卵 しめじ ほうれん草 醤油 だし汁 代替) 豚肉。/ パナナ。	調乳 せんべい くだもの(バナナ)	ロールパン スパゲッティくたくた煮 卵スープ	
4	金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 かぼちゃのそぼろ煮あんかけ みそ汁	米。かぼちゃ 豚挽き肉 三度豆 砂糖 醤油 片栗粉 だし汁。鮭 大根 えびいも 人参 みそ だし汁 代替) 豚肉。/ りんご パナナ。	調乳 ☆フルーツ盛り合わせ	軟飯→ごはん かぼちゃのそぼろ煮あんかけ みそ汁	
5	土	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 八宝菜風 みそ汁	米。豚肉 白菜 人参 玉ねぎ 醤油 片栗粉 だし汁。 じゃがいも 人参 玉ねぎ わかめ みそ だし汁。	調乳 ゼリー せんべい	軟飯→ごはん 八宝菜風 みそ汁	
7	月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト	米。牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。大根 しらす干し 砂糖 醤油 だし汁。ヨーグルト。/ りんご。	調乳 りんご せんべい	軟飯→ごはん 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト	
8	火	調乳 ビスケット	パンがゆ→トースト 卵とじ スープ	食パン 育児用ミルク。卵 じゃが芋 小松菜 人参 しいたけ 玉ねぎ 醤油 だし汁 代替) コーン・豚肉。 豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ 醤油 片栗粉 だし汁。 / さつまいも	調乳 ☆ふかし芋	トースト 卵とじ スープ	
9	水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 石狩鍋風 煮びたし デ) みかん	米。鮭 人参 しろ菜 大根 じゃがいも みそ だし汁 代替) 豚肉。ほうれん草 白菜 人参 醤油 だし汁。 みかん。/ コッペパン 育児用ミルク。	調乳 パンがゆ→コッペパン	軟飯→ごはん 石狩鍋風 煮びたし デ) みかん	
10	木	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 野菜と豚ハレ肉の煮物 みそ汁・デ) みかん	米。豚ハレ肉 キャベツ 醤油 だし汁 片栗粉。大根 人参 里芋 みそ 出し汁。みかん。/ 棒チーズ。	調乳 棒チーズ せんべい	軟飯→ごはん 野菜と豚ハレ肉の煮物 みそ汁・デ) みかん	
11	金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 煮魚 みそ汁	米。白身魚 砂糖 醤油 だし汁 【油(完了)】 代替) 豚肉。豆腐 人参 玉ねぎ 白菜 チンゲンサイ みそ だし汁。/ 豚肉 ながいも 卵 キャベツ 小麦粉 粉かつお あおのり 醤油。	調乳 ☆やわらかお好み焼き	軟飯→ごはん 照り焼き魚 みそ汁	
12	土	調乳 せんべい	スパゲッティくたくた煮 くだもの(りんご)	スパゲッティ 豚挽き肉 人参 玉ねぎ ほんしめじ ピーマン トマトケチャップ だし汁。りんご。 / じゃがいも。	調乳 ふかしおじゃが せんべい	スパゲッティくたくた煮 くだもの(りんご)	
14	月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 豆腐のそぼろ煮 スープ	米。豆腐 牛挽き肉 人参 玉ねぎ 砂糖 醤油 だし汁 代替) じゃがいも。はくさい チンゲンサイ 人参 玉ねぎ 醤油 だし汁。/ ホットケーキミックス 育児用ミルク。	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	軟飯→ごはん 豆腐のそぼろ煮 スープ	
15	火	調乳 ビスケット	パンがゆ→コッペパン 卵とじ スパゲティスープ	コッペパン 育児用ミルク。卵 ツナ水煮缶 人参 玉ねぎ しいたけ 醤油 だし汁 代替) 豚肉・コーン。スパゲティ 玉ねぎ 人参 醤油 だし汁。/ キウイ。	調乳 キウイ ポーロ	コッペパン 卵とじ スパゲティスープ	
16	水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 みそ汁 鶏肉と野菜煮	米。白玉麩 しいたけ 白菜 人参 みそ だし汁。鶏肉 キャベツ 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。/ ゼリーの素 キウイ りんご。	調乳 ☆フルーツゼリー	軟飯→ごはん みそ汁 チキンの照り焼き(幼児食と同じ)	
17	木	調乳 ウエハース	かゆ→軟飯 煮魚 みそ汁	米。白身魚 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。人参 じゃがいも 玉ねぎ わかめ みそ だし汁。/ ロールパン 育児用ミルク。	調乳 パンがゆ→ロールパン	軟飯→ごはん 煮魚 みそ汁	
18	金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 白身魚と野菜煮 そうめんのすまし汁 デ) みかん	米。白身魚 ブロッコリー 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。そうめん 人参 しめじ 醤油 だし汁。 みかん。/ 型抜きチーズ。	調乳 型抜きチーズ せんべい	軟飯→ごはん 白身魚と野菜煮 そうめんのすまし汁 デ) みかん	
19	土	調乳 せんべい	みそ煮込みうどん りんご	うどん 豚肉 人参 チンゲンサイ しいたけ みそ だし汁。りんご。/ さつまいも。	調乳 ふかし芋 せんべい	みそ煮込みうどん りんご	
21	月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 牛肉と野菜煮 すまし汁・デ) りんご	米。牛肉 大根 人参 砂糖 醤油 だし汁。豆腐 玉ねぎ しめじ ほうれん草 醤油 だし汁。 りんご。 / 絹こし豆腐 ホットケーキミックス 油。	調乳 ☆豆腐入りやわらか ホットケーキ	軟飯→ごはん 牛肉と野菜煮 すまし汁・デ) りんご	
22	火	調乳 ビスケット	かゆ→軟飯 煮魚 とんべい汁	米。白身魚 ブロッコリー 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。鶏肉 えび芋 人参 大根 醤油 だし汁。 / ホットケーキミックス 育児用ミルク。	調乳 ☆やわらか蒸しパン	軟飯→ごはん 煮魚 とんべい汁	
23	水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 五目煮豆 みそ汁 焼きのり	米。大豆水煮缶 人参 大根 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。かぼちゃ 人参 たまねぎ 小松菜 みそ だし汁。焼きのり。/ キウイ。	調乳 キウイ せんべい	軟飯→ごはん 五目煮豆 みそ汁 焼きのり	
24	木	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 肉団子と野菜煮あんかけ じゃがいものスープ	米。牛挽き肉 豚挽き肉 ひじき缶 豆乳 玉ねぎ 砂糖 醤油 片栗粉 だし汁。じゃがいも 玉ねぎ 人参 醤油 だし汁。/ ゼラチン 育児用ミルク 砂糖。	調乳 ミルクプリン	軟飯→ごはん 肉団子と野菜煮あんかけ じゃがいものスープ	
25	金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 豆腐と野菜の煮物 みそ汁	米。豆腐 豚挽き肉 人参 玉ねぎ チンゲンサイ 砂糖 醤油 片栗粉 だし汁 代替) じゃがいも。大根 はくさい 人参 たまねぎ みそ だし汁。 / みかん。	調乳 くだもの(みかん) せんべい	軟飯→ごはん 豆腐と野菜の煮物 みそ汁	
26	土	調乳 せんべい	人参かゆ みそ汁	米 人参 醤油 だし汁。大根 玉ねぎ 人参 さつまいも みそ だし汁。	調乳 ゼリー せんべい	人参かゆ みそ汁	
28	月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 肉じゃが 煮びたし ミニゼリー	米。牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 だし汁。大根 しらす干し 砂糖 醤油 だし汁。/ りんご。	調乳 りんご せんべい	軟飯→ごはん 肉じゃが 煮びたし ミニゼリー	

☆印は手作りおやつです。