



# 12月の離乳食献立表（後期～完了期）



令和3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	
		昼食	後期(9~11ヶ月)			完了期(12~18ヶ月)
			食品名			
1 水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 煮魚 すまし汁	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。/ ホットケーキミックス バター 砂糖 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	
2 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 野菜スープ	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。キャベツ 玉ねぎ 人参 チンゲンサイ 醤油 だし汁 代替)豚肉。/りんご。	調乳 せんべい くだもの(りんご)	ロールパン スパゲッティくたくた煮 野菜スープ	
3 金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 煮魚 とんべい汁	米。白身魚 ほうれん草 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。 / りんご ハナナ。	調乳 ☆フルーツ盛り合わせ	軟飯→ごはん 煮魚 とんべい汁	
4 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。 / みかんゼリー	調乳 ゼリー せんべい	軟飯→ごはん 八宝菜風 みそ汁	
6 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	
7 火	調乳 ビスケット	かゆ→軟飯 鶏肉と大豆の煮物 みそ汁 焼きのり	米。大豆水煮缶 人参 大根 鶏肉 砂糖 醤油 だし汁 代替)豚肉。豆腐 人参 たまねぎ チンゲンサイ みそ だし汁。焼きのり。/ 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 鶏肉と大豆の煮物 みそ汁 焼きのり	
8 水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 石狩鍋風 煮びたし デ) みかん	米。鮭 豆腐 人参 白菜 大根 じゃがいも みそ だし汁 代替)豚肉。ほうれん草 しろ菜 人参 醤油 だし汁。 みかん。/ さつまいも。	調乳 ☆ふかし芋	軟飯→ごはん 石狩鍋風 煮びたし デ) みかん	
9 木	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 野菜と豚肉の煮物 みそ汁	米。豚肉 キャベツ 醤油 だし汁 片栗粉。大根 人参 里芋 みそ 出し汁。 / りんご。	調乳 くだもの(りんご) せんべい	軟飯→ごはん 野菜と豚肉の煮物 みそ汁	
10 金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 豚肉と野菜の煮物 みそ汁	米。豚肉 芽ひじき 人参 砂糖 醤油 だし汁。大根 白菜 人参 玉ねぎ みそ だし汁。/豚肉 ながいも 卵 キャベツ 小麦粉 削り粉 あおのり 醤油。	調乳 ☆やわらかお好み焼き	軟飯→ごはん 豚肉と野菜の煮物 みそ汁	
11 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。 /ももゼリー	調乳 ゼリー せんべい	スパゲッティくたくた煮 くだもの(りんご)	
13 月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 豆腐のそぼろ煮 スープ デ) みかん	米。豆腐 牛挽き肉 人参 玉ねぎ 砂糖 醤油 みそ だし汁 代替)じゃがいも。じゃがいも チンゲンサイ 人参 玉ねぎ えのきだけ 醤油 だし汁。みかん。/ 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 豆腐のそぼろ煮 スープ デ) みかん	
14 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。スパゲティ 玉ねぎ 人参 醤油 だし汁。 / りんご。	調乳 りんご ポーロ	コッペパン 卵とじ スパゲティスープ	
15 水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 鶏肉と野菜煮 みそ汁	米。鶏肉 キャベツ 砂糖 醤油 だし汁 代替)豚肉。豚肉 大根 人参 しめじ 玉ねぎ みそ だし汁。/ 型抜きチーズ。	調乳 型抜きチーズ せんべい	軟飯→ごはん チキンの照り焼き(幼児食と同じ) みそ汁	
16 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	
17 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	米。白身魚 キャベツ 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。 / ゼリーの素 キウイ 育児用ミルク。	調乳 ☆ミルクゼリー	軟飯→ごはん 白身魚と野菜煮 そうめんのすまし汁	
18 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。/ じゃがいも。	調乳 ふかしおじゃが せんべい	みそ煮込みうどん りんご	
20 月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 牛肉と野菜煮 みそ汁	米。牛肉 大根 人参 砂糖 醤油 だし汁。 はくさい 人参 玉ねぎ みそ だし汁。/ 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 みそ汁	
21 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 ツナ水煮缶 チンゲンサイ 人参 しめじ 玉ねぎ 醤油 だし汁 代替)豚肉。 豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ じゃがいも 醤油 片栗粉 だし汁。 / キウイ。	調乳 キウイ せんべい	トースト 卵とじ スープ	
22 水	調乳 ポーロ	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。かぼちゃ 人参 玉ねぎ みそ だし汁。 / じゃがいも。	調乳 ふかしおじゃが せんべい	軟飯→ごはん 照り焼き魚 みそ汁	
23 木	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 えびいものそぼろ煮あんかけ みそ汁 デ) ハナナ	米。えびいも 豚挽き肉 三度豆 砂糖 醤油 片栗粉 だし汁。かぶ 人参 みそ だし汁 代替)豚肉。 バナナ。/ 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 えびいものそぼろ煮あんかけ みそ汁 デ) ハナナ	
24 金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 肉団子と野菜煮あんかけ 卵スープ	米。牛挽き肉 豚挽き肉 ひじき缶 育児用ミルク 玉ねぎ 人参 ブロッコリー 砂糖 醤油 片栗粉 だし汁。卵 ほうれん草 しめじ 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 卵スープ	
25 土	調乳 せんべい	人参かゆ→人参軟飯 みそ汁 デ) みかん	米 人参 醤油 だし汁。大根 玉ねぎ 人参 わかめ みそ だし汁。みかん。/ さつまいも。	調乳 ふかしいも せんべい	人参軟飯→人参ごはん みそ汁 デ) みかん	
27 月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 牛肉と野菜煮 みそ汁 デ) みかん	米。牛肉 三度豆 人参 砂糖 醤油 だし汁。豆腐 わかめ 白菜 えのきだけ 人参 みそ だし汁。みかん。 / 棒チーズ。	調乳 棒チーズ せんべい	軟飯→ごはん 牛肉と野菜煮 みそ汁 デ) みかん	
28 火	調乳 ビスケット	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。ミニゼリー。/ バナナ。	調乳 バナナ 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。