令和７年１２月分離乳食献立表

いろは保育園

日付		曜日	献立名			主な食品群		
			午前おやつ	午前食	午後食	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群
1	15	月	ミルクまたはフォローアップミルク	軟飯 鮭のみそフレーク キャベツと人参のマヨ和え すまし汁	しらすリゾット キャベツのソテー 白菜のスープ	さけ,かつお節,みそ,しらす	胚芽米,砂糖	キャベツ,にんじん,はくさい,たまねぎ
2	16	火	りんご果汁	軟飯 鶏挽肉のオーロラ和え ほうれんの草サラダ 野菜スープ	ワンタンスープ ヨーグルト	とり肉,豆乳,ぶた肉,みそ,ヨーグルト	胚芽米,油,砂糖,じゃがいも,ワンタンの皮	りんご果汁,ほうれんそう,にんじん,たまねぎ,もやし,ねぎ
3	17	水	ミルクまたはフォローアップミルク	軟飯 ハヤシライス レーズンサラダ 麦茶	キャベツリゾット 人参甘煮 スティックチーズ	ぶた肉,ミルク,チーズ	胚芽米,油,小麦粉,バター,砂糖	たまねぎ,にんじん,きゅうり,キャベツ,干しぶどう
4	18	木	ヨーグルト	磯軟飯 スティックチーズ 白菜のおかか和え みそ汁	ツナ粥 白菜のだし煮 わかめスープ	ヨーグルト,しらす,わかめ,チーズ,かつお節,牛乳,豆乳,みそ,ツナ缶	胚芽米,砂糖,油,粉糖	にんじん,はくさい,たまねぎ,ねぎ
5	19	金	ミルクまたはフォローアップミルク	軟飯 ぶり大根 キャベツの浅漬け すまし汁	カレーうどん 白桃缶	ぶり,はんぺん,かつお節,ぶた肉	胚芽米,砂糖,干しうどん,片栗粉	だいこん,にんじん,しょうが,きゅうり,キャベツ,たまねぎ,みつば,ほうれんそう,白桃缶
6	20	土	バナナ	ツナトマトスパゲティ 胡瓜やわらか煮 麦茶	食パン 玉葱とツナのスープ煮 ヨーグルト	ツナ缶,ヨーグルト	スパゲッティ,油,食パン	バナナ,たまねぎ,ピーマン,トマト缶,きゅうり
8	22	月	ヨーグルト	軟飯 豚挽肉のみそ焼き ほうれん草の海苔和え みそ汁	ほうれん草リゾット 挽肉と白菜のスープ りんごの甘煮	ヨーグルト,ぶた肉,のり,かつお節,みそ	胚芽米,砂糖,油,焼きふ	たまねぎ,ほうれんそう,もやし,にんじん,だいこん,はくさい,ねぎ,りんご
9	23	火	ミルクまたはフォローアップミルク	軟飯 豆腐のそぼろとじ 大根と胡瓜の甘酢和え すまし汁	チキンリゾット 大根やわらか煮 9日　いちご 23日　さつまいもの甘煮	豆腐,とり肉,わかめ,かつお節	胚芽米,油,片栗粉,砂糖 23日　さつまいも	たまねぎ,だいこん,きゅうり,はくさい,ねぎ 9日　いちご
10	24	水	りんご果汁	食パン 肉団子と白菜のスープ煮 カレーサラダ	菜飯粥 キャベツの煮浸し 玉葱と人参のスープ	とり肉,ミルク	食パン,片栗粉,はるさめ,油,砂糖,胚芽米	りんご果汁,しょうが,たまねぎ,はくさい,にんじん,キャベツ,きゅうり
11	25	木	ミルクまたはフォローアップミルク	軟飯 鮭フレーク ナムル みそ汁	食パン 豆腐のステーキ 小松菜のスープ	さけ,豆腐,かつお節,みそ	胚芽米,砂糖,油,食パン	きゅうり,にんじん,ねぎ,こまつな
12	26	金	ミルクまたはフォローアップミルク	軟飯 キーマミルクカレー 菜果サラダ 麦茶	にんじん粥 挽肉スープ ヨーグルト	ぶた肉,ミルク,豆腐,ヨーグルト,かつお節	胚芽米,油,じゃがいも,砂糖	たまねぎ,にんじん,ピーマン,トマト缶,きゅうり,レタス,りんご
13	27	土	バナナ	肉うどん 胡瓜やわらか煮 麦茶	ゆかり粥 みそ汁 ヨーグルト	ぶた肉,なると,かつお節,みそ,ヨーグルト	干しうどん,砂糖,胚芽米	バナナ,にんじん,ほうれんそう,たまねぎ,ねぎ,きゅうり

♦都合により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

クリスマスメニュー	食パン カラフル鶏そぼろ フレンチサラダ コーンスープ いちご	とり肉	食パン,片栗粉,砂糖,油	たまねぎ,にんじん,ピーマン,しょうが,レタス,トマト,コーンクリーム缶,パセリ,いちご