



12月 幼児食予定献立表



平成30年

玉の子保育園

	月	火	水	木	金	土
幼児食						1 レバー入り二色ご飯 キュウリと竹輪の和え物 船場汁 フルーツ
おやつ						おにぎり 麦茶
幼児食	3 豚肉のカレー トマトとレタスのサラダ サラダ菜のむらもスープ フルーツ	4 菜飯(セーフン) 高野豆腐入り煮物 キュウリの浅漬け フルーツ	5 食パン ポテトのラザニア風 白菜とリンゴのサラダ 野菜スープ フルーツ	6 あわご飯 おでん ニンジンサラダ 青菜の味噌汁 フルーツ	7 ご飯 魚フライ ブロッコリーサラダ クラムチャウダー フルーツ	8 麦ごはん 野菜入り卵焼き 花野菜炒め 春雨スープ フルーツ
おやつ	ぜんざい 牛乳	ポテトたこ焼き 牛乳	おにぎり 麦茶	鮭とチーズのパイ 牛乳	オーツクッキー 牛乳	おにぎり 麦茶
幼児食	10 豚挽肉とモズクのそぼろあん丼 トマトとキュウリのサラダ ゆし豆腐汁 フルーツ	11 黒米ご飯 肉団子の甘酢あん 大豆サラダ 根菜の利休汁 フルーツ	12 鮭チャーハン マカロニサラダ レバーシソウ フルーツ	13 あわご飯 イカフライ 野菜と豆腐のサラダ 冬瓜ソテー フルーツ	14 カラシ菜入りおじや 竹輪と野菜のかき揚げ 吹雪汁 フルーツ	職員研修
おやつ	チーズパン 牛乳	リンゴケーキ 牛乳	おにぎり 麦茶	お好み焼き 牛乳	今川焼き 牛乳	
幼児食	17 鶏そぼろどんぶり オクラの和え物 実たくさん味噌汁 フルーツ	18 黒米ごはん キビナゴの唐揚げ 野菜炒め 中身の吸い物 フルーツ	19 スパゲティミートソース キャベツとハムのサラダ 野菜コンソメスープ フルーツ	20 あわご飯 魚のゴマ揚げ ヌクッ小 サトイモの味噌汁 フルーツ	21 ちらし寿司 ミートローフ ポテトサラダ ミツバの味噌汁 フルーツ	22 スタミナ丼 キュウリの中華和え 小松菜の清汁 フルーツ
おやつ	肉まん 牛乳	芋揚げ団子 牛乳	おにぎり 麦茶	ピザトースト 牛乳	誕生ケーキ 牛乳	餅 麦茶
幼児食	24 振替休日	25 コーンピラフ ソーキのトマト煮 マカロニサラダ 根菜と麦のファイバースープ フルーツ	26 黒米ごはん ササミとブロッコリーの中華炒め 大根の和え物 ジャガイモの味噌汁 フルーツ	27 日本そば エビのかき揚げ 煮物 モズクサラダ フルーツ	28 弁当会	29 年末休み
おやつ		ラスク 牛乳	おにぎり 麦茶	大学芋 牛乳	お菓子 牛乳	

平成30年

12月 離乳食予定献立表

玉の子保育園

日	曜日	7~8ヶ月頃 (舌でつぶせる硬さ)	9~11ヶ月頃 (歯茎でつぶせる硬さ)	材 料	おやつ	
1	土	全粥 白身魚の葛煮 キュウリの軟らか煮 大根スープ フルーツ	全粥→軟飯 白身魚と野菜の煮物 軟らかキュウリサラダ 大根スープ フルーツ	米 白身魚 ニンジン コーン ビーマン キュウリ 大根 餅	野菜おじや ミルク	
3	月	全粥 野菜汁チャー ソラダ 菜スープ トマトとレタスの軟らか煮 フルーツ	全粥→軟飯 野菜汁チャー ソラダ 菜スープ トマトとレタスの軟らか煮 フルーツ	米 ササミ ジャガ 仔 タマネギ ニンジン トマト レタス グリンピース キュウリ ソラダ 菜	ニンジンおじや ミルク	
4	火	全粥 高野豆腐の煮物 青菜の清汁 キュウリの漬し煮 フルーツ	全粥→軟飯 高野豆腐の煮物 青菜の清汁 キュウリの軟らか煮 フルーツ	米 ササミ 高野豆腐 ニンジン カラシ菜 ジャガ 仔 キュウリ	蒸しパン ミルク	
5	水	全粥 ササミとブロッコリーの煮物 フルーツ 白菜の軟らか煮 フルーツ	全粥→軟飯 ササミとブロッコリーの煮物 果物 白菜とリンゴの軟らかサラダ 野菜スープ	米 些細 ブロッコリー ジャガ 仔 タマネギ ニンジン ビーマン セロリ 白菜 キュウリ リンゴ	野菜おじや ミルク	
6	木	全粥 豆腐の葛煮 軟らかニンジンサラダ 青菜の味噌汁 フルーツ	全粥→軟飯 豆腐と野菜の煮物 フルーツ 軟らかニンジンサラダ 青菜の味噌汁	米 豆腐 ハンパン 大根 ニンジン キュウリ タマネギ 小松菜	軟らかホットケーキ ミルク	
7	金	全粥 白身魚の葛煮 野菜スープ ブロッコリーの軟らか煮 フルーツ	全粥→軟飯 白身魚と野菜の煮物 果物 ブロッコリーの軟らか煮 フルーツ	米 白身魚 ニンジン ブロッコリー タマネギ コーン ジャガ 仔	サツマ芋マッシュ ミルク	
8	土	全粥 ササミとニンジンの煮物 白菜の味噌汁 カリフラワーの軟らか煮 フルーツ	全粥→軟飯 ササミとニンジンの煮物 フルーツ カリフラワーの軟らか煮 白菜の味噌汁	米 ササミ ニンジン ジャガ 仔 タマネギ 春雨 白菜 カリフラワー ブロッコリー	ニンジンおじや ミルク	
10	月	全粥 ササミとサラダの軟らか煮 フルーツ トマトとキュウリの軟らか煮 ゆし豆腐汁	全粥→軟飯 ササミとサラダの煮物 フルーツ トマトとキュウリの軟らかサラダ ゆし豆腐汁	米 ササミ サラダ 菜 トマト キュウリ タマネギ 豆腐	海苔おじや ミルク	
11	火	全粥 ササミとニンジンの煮物 大根の味噌汁 キュウリと大豆の軟らか煮 フルーツ	全粥→軟飯 ササミとニンジンの煮物 果物 キュウリと大豆の軟らかサラダ 大根の味噌汁	米 ササミ 大豆 タマネギ ビーマン ニンジン 大根 キュウリ 長餅	蒸しパン ミルク	
12	水	全粥 白身魚の葛煮 軟らかマカロニサラダ 根菜汁 フルーツ	全粥→軟飯 白身魚と野菜の煮物 果物 軟らかマカロニサラダ 根菜汁	米 白身魚 タマネギ レタス ニンジン キュウリ マカロニ ジャガ 仔	野菜おじや ミルク	
13	木	全粥 白身魚とニンジンの煮物 フルーツ 小松菜の軟らか煮 冬瓜の味噌汁	全粥→軟飯 白身魚とニンジンの煮物 小松菜の軟らか煮 冬瓜の味噌汁 果物 冬瓜	米 白身魚 ニンジン 小松菜 モヤシ 豆腐 冬瓜	軟らかホットケーキ ミルク	
14	金	全粥 ササミと青菜の煮物 大根スープ ニンジンとビーマンの軟らか煮 フルーツ	全粥→軟飯 ササミと青菜の煮物 フルーツ ニンジンとビーマンの軟らか煮 大根スープ	米 ササミ カラシ菜 タマネギ 大根 ビーマン ニンジン	サツマ芋マッシュ ミルク	
15	土	職 員 研 修				
17	月	全粥 ササミとニンジンの煮物 オクラの軟らか煮 加 仔の味噌汁 フルーツ	全粥→軟飯 ササミとニンジンの煮物 フルーツ オクラの軟らか煮 加 仔の味噌汁	米 ササミ グリンピース 加 仔 ニンジン 長餅	野菜おじや ミルク	
18	火	全粥 豆腐の葛煮 白身魚と野菜の煮物 麩の味噌汁 フルーツ	全粥→軟飯 豆腐の葛煮 麩の味噌汁 白身魚と野菜の煮物 フルーツ	米 豆腐 キャベツ ニンジン ビーマン 麩 白身魚 長餅	蒸しパン ミルク	
19	水	全粥 ササミと野菜のトマト煮 野菜スープ 軟らかキャベツサラダ フルーツ	全粥→軟飯 ササミとトマトの軟らか煮 軟らかキャベツサラダ 野菜スープ フルーツ	米 ササミ タマネギ ニンジン セロリ トマト キャベツ ビーマン	海苔おじや ミルク	
20	木	全粥 白身魚と大根の煮物 フルーツ ニンジンの漬し煮 ジャガ 仔の味噌汁	全粥→軟飯 魚と大根の煮物 フルーツ ニンジンと豆腐の漬し煮 ジャガ 仔の味噌汁	米 白身魚 カラシ菜 豆腐 大根 ニンジン ジャガ 仔 長餅	サツマ芋マッシュ ミルク	
21	金	全粥 ササミと野菜の煮物 軟らかホ 仔サラダ 餅の清汁 フルーツ	全粥→軟飯 ササミと野菜の煮物 フルーツ 軟らかホ 仔サラダ 餅の清汁	米 ササミ ニンジン 高野豆腐 タマネギ コーン ジャガ 仔 キュウリ インゲン	蒸しパン ミルク	
22	土	全粥 ナスとトマトの味噌煮 小松菜の清汁 キュウリの漬し煮 フルーツ	全粥→軟飯 ナスとトマトの味噌煮 フルーツ 軟らかキュウリの和え物 小松菜の清汁	米 ササミ ナス 長餅 トマト 小松菜 キュウリ	ニンジンおじや ミルク	
24	月	振 替 休 日				
25	火	全粥 ササミと野菜のトマト煮 根菜スープ 軟らかマカロニサラダ フルーツ	全粥→軟飯 ササミと野菜のトマト煮 果物 軟らかマカロニサラダ 根菜スープ	米 ササミ コーン タマネギ ニンジン セロリ トマト ジャガ 仔 ブロッコリー キュウリ キャベツ	パン粥 ミルク	
26	水	全粥 ササミとブロッコリーの煮物 フルーツ 大根の軟らか煮 ジャガ 仔の味噌汁	全粥→軟飯 ササミとブロッコリーの煮物 フルーツ 大根の軟らか煮 ジャガ 仔の味噌汁	米 ササミ ブロッコリー タマネギ ニンジン 大根 レタス トマト キュウリ	野菜おじや ミルク	
27	木	全粥 白身魚の葛煮 餅の清汁 トマトとキュウリの軟らか煮 フルーツ	全粥→軟飯 白身魚とニンジンの煮物 果物 トマトとキュウリの軟らか煮 餅の清汁	米 白身魚 豆腐 タマネギ ニンジン 大根 トマト キュウリ レタス	サツマ芋マッシュ ミルク	
28	金	弁 当 会				野菜おじや ミルク
29	土	年 末 休 暇				
31	月	年 末 休 暇				

平成30年

☆☆☆☆☆

12月 幼児食予定献立表

☆☆☆☆☆

玉の子夜間保育園

	月	火	水	木	金	土
幼児食						1 粟ご飯 魚の春巻き揚げ 南瓜のそぼろあん 白菜とえのきの味噌汁 フルーツ
離乳食						おかゆ 魚と野菜の煮物 南瓜のマッシュ 味噌汁
幼児食	3 粟ご飯 魚の甘酢あんかけ じゃがいもサラダ わかめの味噌汁 フルーツ	4 ご飯 豚肉のピカタ ブロッコリー中華サラダ きのこスープ フルーツ	5 鮭すし チキンとじゃがいもの煮物 からし菜の和え物 白菜のスープ フルーツ	6 ご飯 ハンバーグ きんぴらごぼう 胡瓜の和え物 アーサ汁 フルーツ	7 ご飯 チキンの南蛮漬け (コールスロー添え) 煮物 小松菜の味噌汁 フルーツ	8 トマトライス (ゆで卵添え) スパゲティーサラダ スープ フルーツ
離乳食	おかゆ 魚と野菜の煮物 きゅうり軟らか煮 味噌汁	おかゆ ささみのくず煮 野菜の煮物 味噌汁	おかゆ ささみと野菜の煮物 軟らかサラダ スープ	おかゆ 魚の煮物 人参の軟らか煮 清汁	おかゆ ささみと野菜の煮物 軟らかサラダ 味噌汁	おかゆ 魚と野菜の煮物 きゅうりつぶし煮 スープ
幼児食	10 和風カレー サツマイモのサラダ スープ フルーツ	11 麦ご飯 チキン唐揚げドレッシングかけ ジャーマンポテト スープ フルーツ	12 ご飯 さばの照り焼き クーフィリチー お浸し 味噌汁 フルーツ	13 ご飯 ナスの味噌いため 酢の物 すまし汁 フルーツ	14 ご飯 鮭のグラタン 野菜サラダ スープ フルーツ	15 職員研修
離乳食	五目おじや さつま芋のマッシュ スープ	おかゆ ささみのトマト煮 マッシュポテト スープ	おかゆ 魚のそぼろ煮 青菜の軟らか煮 味噌汁	おかゆ ささみと野菜の煮物 きゅうり軟らか煮 すまし汁	おかゆ 魚と野菜クリーム煮 軟らかサラダ スープ	
幼児食	17 天津井 キャベツの中華和え けんちん汁 フルーツ	18 ご飯 ごぼうかき揚げ 豆腐みそ焼き 白菜の煮物 ブロッコリーサラダ 肉団子スープ フルーツ	19 ご飯 おでん 人参サラダ ネギと豆腐のスープ フルーツ	20 ご飯 うじら豆腐 肉じゃが ナムル きのこの味噌汁 フルーツ	21 ご飯 鮭のムニエル きんぴらごぼう 春雨サラダ 豚汁 フルーツ	22 菜飯 高野豆腐の煮物 きゅうり山海ぶし和え フルーツ
離乳食	おかゆ ささみと野菜の煮物 軟らかキャベツ 味噌汁	おかゆ 魚と野菜の煮物 ブロッコリー軟らか煮 スープ	おかゆ ささみと大根の煮物 軟らか人参サラダ スープ	おかゆ 魚と豆腐の煮物 野菜の煮物 味噌汁	おかゆ 魚のくず煮 軟らかサラダ 味噌汁	野菜おじや ささみと大根の煮物 清汁
幼児食	24 振り替え休日	25 ご飯 チキン唐揚げ(トマト、ブロッコリー) ひじき五目煮 中華コンスープ フルーツ	26 沖縄そば 南瓜のゴマ風味サラダ フルーツ	27 黒米ご飯 はんぺんの肉詰め揚げ スパゲティーサラダ 小松菜の中華スープ フルーツ	28 弁当会 (御用納め)	
離乳食		おかゆ ささみとトマトの煮物 軟らかブロッコリー スープ	おかゆ ささみのそぼろ煮 南瓜の煮物 スープ	おかゆ 魚と野菜の煮物 軟らかサラダ スープ		