2025年12月 離乳食献立表

В	曜日	初期 • 中期(A)				後期・完了期(B)			
			献立	使用食材	カロリー		献立	使用食材	カロリー
1		つぶしがゆ	人参ペースト	ごはん 人参 豆腐	65	全がゆ	鶏肉と大根の煮物 麻婆豆腐 各40g	ごはん 鶏肉・大根・人参・かつおだし・しょうゆ 豚肉・豆腐・玉葱・トマトビューレ・三温糖	144
	月	90g	豆腐ペースト 各40g			110g			
		つぶしがゆ	枝豆ペースト	ごはん		全がゆ	鶏肉と玉葱の煮物	ごはん	
2	火	90g	白菜ペースト 各40g	枝豆 白菜	83	110g	白菜とツナの煮物 各40g	鶏肉・玉葱・かつおだし・しょうゆ 白菜・ツナ・かつおだし・しょうゆ	146
3	水	つぶしがゆ	プロッコリーペースト	ごはん	70	全がゆ	鶏肉とブロッコリーの煮物 肉じゃが 各40g	ごはん 鶏肉・ブロッコリー・かつおだし・しょうゆ 豚肉・人参・じゃがいも・かつおだし・三温糖・しょうゆ	
		90g	じゃがいもペースト 各40g	ブロッコリー じゃがいも		110g			153
4		つぶしがゆ	がゆ さつまいもペースト ほうれん草ペースト	ごはん さつまいも ほうれん草	81	全がゆ	さつまいもの煮物 ほうれん草と大根のそぼろ煮 各40g	ごはん さつまいも・かつおだし・しょうゆ 鶏肉・ほうれん草・大根・かつおだし・しょうゆ	157
	木	90g				110g			
			キャベツペースト	ごはん		全がゆ	 ツナとキャベツのトマト煮	ごはん	
5	金	90g	かぼちゃペースト	キャベツ かぼちゃ	71	110g	ラブとキャベラのドマド点 鶏肉とかぼちゃの煮物 各40g	キャベツ・ツナ・トマトピューレ 鶏肉・かぼちゃ・かつおだし・しょうゆ	154
		_							
8	月	つぶしがゆ	— 豆腐ペースト 各40g	ごはん 人参 豆腐	65	全がゆ	鶏肉と大根の煮物 麻婆豆腐 各40g	ごはん 鶏肉・大根・人参・かつおだし・しょうゆ 豚肉・豆腐・玉葱・トマトピューレ・三温糖	144
		90g				110g			
9	火	つぶしがゆ	枝豆ペースト 白菜ペースト 各40g	ごはん 枝豆 白菜	83	全がゆ	鶏肉と玉葱の煮物 白菜とツナの煮物 各40g	ごはん 鶏肉・玉葱・かつおだし・しょうゆ 白菜・ツナ・かつおだし・しょうゆ	146
		90g				110g			
10	水	つぶしがゆ	ブロッコリーペースト じゃがいもペースト 各40g	ごはん ブロッコリー じゃがいも	70	全がゆ	鶏肉とブロッコリーの煮物 肉じゃが 各40g	ごはん 鶏肉・ブロッコリー・かつおだし・しょうゆ 豚肉・人参・じゃがいも・かつおだし・三温糖・しょうゆ	153
		90g				110g			
11	木	つぶしがゆ	さつまいもペースト ほうれん草ペースト	ごはん さつまいも ほうれん草	81	全がゆ	さつまいもの煮物 ほうれん草と大根のそぼろ煮 各40g	ごはん さつまいも・かつおだし・しょうゆ 鶏肉・ほうれん草・大根・かつおだし・しょうゆ	157
		90g	各40g			110g			
12	金	つぶしがゆ	キャベツペースト	ごはん キャベツ かぼちゃ	71	全がゆ	ツナとキャベツのトマト煮 鶏肉とかぼちゃの煮物 各40g	ごはん キャベツ・ツナ・トマトピューレ 鶏肉・かぼちゃ・かつおだし・しょうゆ	454
		90g	かぼちゃペースト 各40g			110g			154
15	月	つぶしがゆ	人参ペースト	スト 人参	65	全がゆ	鶏肉と大根の煮物 麻婆豆腐 各40g	ごはん 鶏肉・大根・人参・かつおだし・しょうゆ 豚肉・豆腐・玉葱・トマトビューレ・三温糖	144
		90g	豆腐ペースト 各40g			110g			
16	火	つぶしがゆ	枝豆ペースト 白菜ペースト 各40g	ごはん 枝豆 白菜	83	全がゆ	鶏肉と玉葱の煮物 白菜とツナの煮物 各40g	ごはん 鶏肉・玉葱・かつおだし・しょうゆ 白菜・ツナ・かつおだし・しょうゆ	146
		90g				110g			
17	水	つぶしがゆ) ブロッコリーペースト じゃがいもペースト 各40g	ごはん ブロッコリー じゃがいも	70	全がゆ	鶏肉とブロッコリーの煮物 肉じゃが 各40g	ごはん 鶏肉・ブロッコリー・かつおだし・しょうゆ 豚肉・人参・じゃがいも・かつおだし・三温糖・しょうゆ	153
		90g				110g			
		つぶしがゆ	さつまいもペースト			全がゆ			
18	木		さりまいもペースト ほうれん草ペースト 各40g	ごはん さつまいも ほうれん草	81		さつまいもの煮物 ほうれん草と大根のそぼろ煮 各40g	ごはん さつまいも・かつおだし・しょうゆ 鶏肉・ほうれん草・大根・かつおだし・しょうゆ	157
		90g				110g			
19	金	つぶしがゆ	キャベツペースト かぼちゃペースト 各40g	ごはん キャベツ かぼちゃ	71	全がゆ	ツナとキャベツのトマト煮 鶏肉とかぼちゃの煮物 各40g	ごはん キャベツ・ツナ・トマトピューレ 鶏肉・かぼちゃ・かつおだし・しょうゆ	154
		90g				110g			
22	月	つぶしがゆ	人参ペースト 豆腐ペースト 各40g	ごはん 人参 豆腐	65	全がゆ	鶏肉と大根の煮物 麻婆豆腐 各40g	ごはん 鶏肉・大根・人参・かつおだし・しょうゆ 豚肉・豆腐・玉葱・トマトビューレ・三温糖	144
		90g				110g			
23	火	つぶしがゆ	枝豆ペースト 白菜ペースト		83	全がゆ	鶏肉と玉葱の煮物 白菜とツナの煮物 各40g	ごはん 鶏肉・玉葱・かつおだし・しょうゆ 白菜・ツナ・かつおだし・しょうゆ	146
		90g				110g			
24	水	つぶしがゆ		ロッコリーペースト ジャがいもペースト 各40g ごはん ブロッコリー じゃがいも	70	全がゆ	鶏肉とブロッコリーの煮物 肉じゃが 各40g	ごはん 鶏肉・ブロッコリー・かつおだし・しょうゆ 豚肉・人参・じゃがいも・かつおだし・三温糖・しょうゆ	153
		90g				110g			
25	木	つぶしがゆ		ペースト さつまいも	04	全がゆ	さつまいもの煮物 ほうれん草と大根のそぼろ煮 各40g 鶏肉・ほうれん草・	ごはん	457
		90g	ほうれん草ペースト 各40g		81	110g		さつまいも・かつおだし・しょうゆ 鶏肉・ほうれん草・大根・かつおだし・しょうゆ	157
26	金	つぶしがゆ	キャベツペースト	ごはん		全がゆ	ツナとキャベツのトマト煮 鶏肉とかぼちゃの煮物 各40g ニャベツ・ツナ・トマトピューレ 鶏肉・かぼちゃ・かつおだし・しょうゆ		
		90g	かぼちゃペースト 各40g	キャベツ かぼちゃ	71	110g			154
<u> </u>		-			<u> </u>				1

[☆]食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させて頂く場合もありますので、ご了承下さい。 ☆毎日お届けするお弁当は食品衛生上、毎日の午後1時までにお召し上がり下さい。 ☆離乳食メニューは卵、乳を使用しておりません。(卵・乳アレルギー対応のものになっております)