



2025年12月離乳食だより



	献立名	材料名(昼食・おやつ)			
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	おやつ
1 (月)	白がゆ なすの煮物	米	鶏ミンチ	なす・玉ネギ・人参・小松菜 バナナ	バナナ
2 (火)	白がゆ 鮭のあんかけ	米	鮭	玉ネギ・人参・パプリカ ブロッコリー	お米パフ
3 (水)	白がゆ 南瓜のそぼろ煮	米	鶏ミンチ	南瓜・玉ネギ・人参・ひじき	動物クッキー
4 (木)	白がゆ 肉じゃが	米・じゃが芋	鶏ささみ	玉ネギ・人参・ほうれん草	紫芋せんべい
5 (金)	白がゆ ちゃんこうどん	米・うどん	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・白菜・大根	南瓜ボーロ
6 (土)	野菜おじや	米・さつま芋	しらす	玉ネギ・人参・ほうれん草 キャベツ	ハイハイ
8 (月)	白がゆ 八宝菜風	米	鶏ミンチ	チンゲン菜・玉ネギ・人参 白菜	ウエハース
9 (火)	白がゆ 千切大根煮付け	米・里芋	高野豆腐	玉ネギ・人参・小松菜	豆乳クッキー
10 (水)	白がゆ しらすと白菜の煮物	米	しらす	白菜・大根・玉ネギ・人参 なす	パン
11 (木)	白がゆ ささみとじゃが芋煮	米・じゃが芋	鶏ささみ	玉ネギ・人参・ひじき	ゼリー
12 (金)	白がゆ さつま芋の煮物	米・さつま芋	ツナ缶	キャベツ・玉ネギ・人参 ほうれん草	マリー
13 (土)	野菜おじや	米	しらす	チンゲン菜・玉ネギ・人参 大根	ハイハイ
15 (月)	白がゆ 大根のそぼろ煮	米・里芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・小松菜 大根	花花せんべい
16 (火)	白がゆ ポトフ	米・じゃが芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・ブロッコリー パプリカ	コーンスナック
17 (水)	白がゆ さつま芋と小松菜の煮物	米・さつま芋	ツナ缶	玉ネギ・人参・小松菜	紫芋せんべい
18 (木)	白がゆ 高野豆腐の煮物	米	高野豆腐	玉ネギ・人参・ほうれん草 南瓜	バナナ
19 (金)	白がゆ 白身魚のトマト煮	米	白身魚	トマト・キャベツ・玉ネギ 人参・ブロッコリー	おさつスナック
20 (土)	野菜おじや	米	しらす	南瓜・玉ネギ・人参 ほうれん草	ハイハイ
22 (月)	白がゆ すき焼き風煮	米・ふ	鶏ミンチ・豆腐	玉ネギ・人参・白菜	お米パフ
23 (火)	白がゆ 南瓜豆乳シチュー	米	鶏ささみ・マカロニ・豆乳	玉ネギ・人参・ブロッコリー 南瓜	みかん缶
24 (水)	白がゆ ひじき煮付け	米・里芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・ひじき 小松菜	南瓜ボーロ
25 (木)	白がゆ じゃが芋の煮物	米・じゃが芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参ほうれん草 大根	蒸しパン
26 (金)	白がゆ 豆腐の中華煮	米	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・チンゲン菜 なす・パプリカ	豆乳クッキー

※紀の川農園の無農薬のお米を使っています