



# 12月献立表



2021年12月

宜野湾市 子育て支援課

日付	献立名	おやつ	材料名 (○はおやつ材料)		
			血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの
1 水	あわごはん マーボー豆腐 ナムル 油揚げと長ネギの味噌汁 パイナップル	保育乳 ポテトサラダサンド	保育乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、○ツナ油漬缶、油揚げ、みそ	米、○食パン、じゃがいも、○マヨネーズ、あわ、砂糖、ごま油、油、片栗粉	長ねぎ、もやし、にんじん、こまつな、たけのこ(ゆで)、干しいたけ、にんにく、ひじき、パイナップル、○きゅうり、○コーン
2 木	ごはん 魚の甘辛煮 春雨チャンプルー 大根みそ汁 黄桃	保育乳 人参のケーキ	保育乳、白身魚(キング)、○卵、豚肉、みそ	米、○小麦粉、○砂糖、○油、揚げ油、片栗粉、はるさめ、砂糖、油、○白ごま	だいこん、○にんじん、キャベツ、にんじん、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、ピーマン、もも缶
3 金	みそすき丼 ブロッコリーごま和え すまし汁 みかん	保育乳 シリアルクッキー	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、○卵、みそ、○牛乳	米、しらたき、○小麦粉、○無塩バター、○黒砂糖、○オートミール、○シリアル、砂糖、すりごま、片栗粉、油	みかん、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、長ねぎ、ごぼう、しょうが
4 土	わかめごはん ウィンナー 野菜とポークの味噌汁	保育乳 ビスケット	保育乳、沖縄豆腐、ポーク、ウィンナー	米、はるさめ、○ビスケット	こまつな、わかめふりかけ
6 月	ごはん 松風焼き 切干大根と豚肉の炒め物 豆腐スープ りんご	保育乳 揚げさつま芋	保育乳、鶏ひき肉、沖縄豆腐、豚肉、みそ	○さつまいも、米、○揚げ油、パン粉、砂糖、油、白ごま、○砂糖	りんご、たまねぎ、こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、しめじ、ピーマン、切り干しだいこん、黒きくらげ
7 火	カレーライス ウィンナー ブロッコリーサラダ すまし汁 みかん	保育乳 ニラヒラヤーチー	保育乳、豚肉、○調製豆乳、ウィンナー、ツナ油漬缶、○ツナ油漬缶、○卵	米、じゃがいも、○小麦粉、和風ドレッシング、○油	みかん、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、ピーマン、しめじ、○にんじん、○にら
8 水	ごはん 鮭のみそマヨ焼き もずくチャンプルー 青菜スープ バナナ	保育乳 黒糖蒸しケーキ	保育乳、さけ、○調製豆乳、豚肉、油揚げ、○卵、みそ	米、○ホットケーキ粉、マヨネーズ、○油、○黒砂糖、すりごま、油	バナナ、こまつな、キャベツ、もやし、にんじん、えのきたけ、もずく、たまねぎ、にら
9 木	麦ごはん 豆腐の中華煮 納豆みそ 春雨スープ 黄桃	保育乳 チーズケーキ	保育乳、厚揚げ、挽きわり納豆、豚肉、みそ、ツナ油漬缶、○チーズ、○調整豆乳、○卵	米、はるさめ、押麦、砂糖、油、片栗粉、○ホットケーキ粉、○無塩バター、○三温糖	にんじん、こまつな、キャベツ、コーン缶、しめじ、たけのこ(ゆで)、ねぎ、干しいたけ、しょうが、もも缶
10 金	ミートソーススパゲティ ブロッコリーサラダ ポテトスープ みかん	保育乳 シラスおにぎり	保育乳、豚ひき肉、○しらす干し、青のり	○米、スパゲティ、じゃがいも、無塩バター、小麦粉、○白ごま、油	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、こまつな、ピーマン、にんにく、みかん
11 土	そぼろどんぶり すまし汁 パイナップル	保育乳 ホットケーキ	豚ひき肉、○調整豆乳、○卵	米、油、○ホットケーキ粉、○三温糖、○無塩バター、○油	パイナップル、こまつな、にんじん、コーン缶、しょうが
13 月	ごはん 豚と野菜しょうが焼き 和風スパゲティサラダ 豆腐みそ汁 バナナ	保育乳 スイートポテト	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、みそ、ツナ油漬缶、○卵、油揚げ	○さつまいも、米、サラダ用スパゲティ、○三温糖、和風ドレッシング、○無塩バター、○生クリーム、あわ、油、三温糖、片栗粉	バナナ、こまつな、たまねぎ、にんじん、きゅうり、赤ピーマン、黄ピーマン、しめじ、しょうが、カットわかめ
14 火	あわごはん 高野豆腐含め煮 キャベツのごま和え じゃが芋みそ汁 みかん	保育乳 ヨーグルトスコーン	保育乳、豚肉、高野豆腐、鶏ひき肉、○プレーンヨーグルト、みそ、○卵、ちくわ	米、じゃがいも、○強力粉、○無塩バター、○三温糖、○砂糖、あわ、片栗粉、砂糖、すりごま	みかん、にんじん、キャベツ、しめじ、こまつな
15 水	☆ お弁当会 ☆		保育乳 シリアルクッキー	保育乳、○卵、○牛乳	○小麦粉、○無塩バター、○三温糖、○オートミール、○シリアル
16 木	ごはん クリームシチュー ウィンナー すまし汁 パイナップル	保育乳 黄桃蒸しケーキ	保育乳、調製豆乳、鶏もも肉、ウィンナー、○調整豆乳、○卵	米、じゃがいも、油、小麦粉、すりごま、○ホットケーキ粉、○三温糖	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、しめじ、こまつな、コーン缶、パイナップル、○もも缶
17 金	ごはん 魚の天ぷら 千切り大根の和え物 豚肉スープ 黄桃	保育乳 塩昆布おにぎり	保育乳、白身魚(キング)、豚肉、ツナ油漬缶	○米、米、小麦粉、揚げ油、油、天ぷら粉	切り干し大根、にんじん、きゅうり、しめじ、こまつな、○塩こんぶ、もも缶
18 土	カレーピラフ ウィンナー 豆腐スープ	保育乳 ビスケット	保育乳、沖縄豆腐、豚肉、ウィンナー	米、○ビスケット	たまねぎ、にんじん、ピーマン、カットわかめ
20 月	麦ごはん おかか納豆 切干大根と豚肉の炒め物 鶏とじゃが芋みそ汁 黄桃	保育乳 チーズケーキ	保育乳、挽きわり納豆、豚肉、鶏もも肉、みそ、○チーズ、○調整豆乳、○卵、おかか	米、じゃがいも、押麦、○無塩バター、○三温糖、○ホットケーキ粉	もも缶、にんじん、もやし、こまつな、ピーマン、コーン缶、切り干しだいこん、黒きくらげ
21 火	たきこみごはん 鶏肉照り焼き ツナ和え 豆腐みそ汁 りんご	保育乳 ジャムサンド	保育乳、鶏肉、沖縄豆腐、豚肉、みそ、ツナ油漬缶	米、○食パン、○100%果実ジャム(イチゴ)	りんご、もやし、にんじん、しめじ、こまつな、たけのこ(ゆで)、赤ピーマン、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ
22 水	ウッチャンライス 煮込みハンバーグ ブロッコリーとにんじんのソテー すまし汁 パイナップル	保育乳 誕生会ケーキ	保育乳、豚ひき肉、卵	米、パン粉、片栗粉、砂糖、油、○誕生会ケーキ	たまねぎ、ブロッコリー、トマト水煮缶(カット)、えのきたけ、にんじん、しめじ、ねぎ、コーン缶、カットわかめ、パイナップル
23 木	ごはん 豚肉ピーマン炒め じゃが芋おかか煮 青菜スープ バナナ	保育乳 ヨーグルトスコーン	保育乳、豚肉、油揚げ、○プレーンヨーグルト、○卵	じゃがいも、米、油、砂糖、片栗粉、○強力粉、○無塩バター、○三温糖、○砂糖	こまつな、にんじん、えのきたけ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、黒きくらげ、バナナ
24 金	キャロットライス 鶏肉オーロラ焼き 野菜ソテー マカロニスープ みかん	保育乳 Xmasクッキー	保育乳、鶏もも肉、豚肉、○卵、ツナ油漬缶、○牛乳	米、○小麦粉、○無塩バター、○砂糖、マヨネーズ、マカロニ、○オートミール、○コーンフレーク、油、砂糖、○チョコレート	みかん、キャベツ、たまねぎ、こまつな、にんじん、生しいたけ、赤ピーマン、セロリー、コーン缶、ホールトマト
25 土	ごはん マーボー豆腐 パイナップル すまし汁	保育乳 ホットケーキ	保育乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、みそ、○調整豆乳、○卵、わかめ	米、油、○ホットケーキ粉、○三温糖、○無塩バター、○油	パイナップル、長ねぎ、にんじん、干しいたけ、にんにく
27 月	あわごはん 厚揚げそぼろ煮 ナムル 鶏肉スープ 黄桃	保育乳 カボチャケーキ	保育乳、厚揚げ、鶏もも肉、豚ひき肉、大豆水煮、○調整豆乳、○卵	米、あわ、砂糖、ごま油、油、○無塩バター、○三温糖、○ホットケーキ粉	たまねぎ、キャベツ、にんじん、たけのこ(ゆで)、きゅうり、ピーマン、切り干しだいこん、ひじき、しょうが、もも缶、○かぼちゃ
28 火	沖縄そば ごま和え みかん	保育乳 みそおにぎり	保育乳、三枚肉、かまぼこ、○ツナ油漬缶、○みそ	沖縄そば、○米、○三温糖、砂糖、すりごま	みかん、もやし、にんじん、こまつな、ねぎ、○味付けのり

☆ 保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります



# 12月離乳食こんだて表①



2021年12月

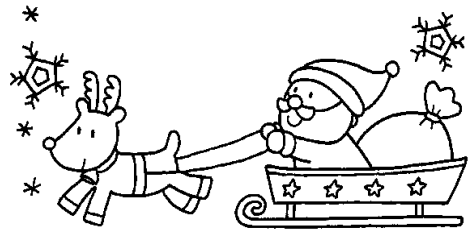
宜野湾市 子育て支援課

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	カや熱となる食物	体の調子をよくなる食物
1	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜ポテペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 ポテトスープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 ポテトスープ	ミルク、豆腐、 豚ひき肉	米、食パン、 じゃがいも	もやし、にんじん、こまつな、コーン缶、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、干しいたけ、ひじき、カットわかめ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜ペーストサント			
2	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参大根青菜タマネギペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 大根スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 大根スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 大根スープ	ミルク、白身 魚	米	だいこん、キャベツ、にんじん、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、ピーマン
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
3	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギブロッコリーペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、 豆腐	米、さつまいも	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、長ねぎ、ごぼう
			保育乳 さつまいも煮	保育乳 さつまいも煮	保育乳 さつまいも煮			
4	土	野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	豆腐	米	キャベツ、にんじん、コーン缶
6	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参青菜タマネギペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、鶏ひ き肉、豆腐	さつまいも、 米、じゃがいも	たまねぎ、こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、しめじ、ピーマン、切り干しいんご、りんご
			ミルク さつまいもりんご煮	ミルク さつまいもりんご煮	ミルク さつまいもりんご煮			
7	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギポテブロッコリーペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉ポテト煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉ポテト煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、ピーマン、しめじ、切り干しいんご
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
8	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身 魚	米、ホット ケーキ粉	こまつな、キャベツ、もやし、にんじん、えのきたけ、もずく、たまねぎ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク ホットケーキ			
9	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、 豚肉	米、さつまいも	にんじん、こまつな、キャベツ、コーン缶、しめじ、ねぎ、干しいたけ
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
10	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ポテペースト	煮込みスパゲティ 魚煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	煮込みスパゲティ 魚煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	煮込みスパゲティ 魚煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	ミルク、白身 魚、豚肉	米、スパゲ ティ、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、こまつな、ピーマン
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
11	土	野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	豚ひき肉	米	こまつな、にんじん、コーン缶
13	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、 豆腐	さつまいも、 米	りんご、こまつな、たまねぎ、にんじん、きゅうり、赤ピーマン、黄ピーマン、しめじ
			ミルク さつまいもりんご煮	ミルク さつまいもりんご煮	ミルク さつまいもりんご煮			
14	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参ポテト青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、 鶏ひき肉	米、じゃがいも	にんじん、キャベツ、しめじ、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります

※15日以降は裏面



# 12月離乳食こんだて表②



2021年12月

宜野湾市 子育て支援課

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	カや熱となる食物	体の調子をよくする食物
15	水	<b>お弁当会</b>				ミルク	ゆで中華めん、米	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、しめじ、こまつな
16	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タネキ 青菜ホトハースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐	米、じゃがいも、さつまいも	にんじん、こまつな、たまねぎ
		ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	キャベツ、にんじん、しめじ、こまつな、コーン缶、ピーマン、ひじき
17	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参ホトハースト 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	キャベツ、にんじん、しめじ、こまつな、コーン缶、ピーマン、ひじき
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり	豆腐、豚肉	米	たまねぎ、にんじん、ピーマン、カットわかめ
18	土		ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	豆腐、豚肉	米	たまねぎ、にんじん、ピーマン、カットわかめ
20	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タネキ 青菜ホトハースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	米、じゃがいも	にんじん、もやし、こまつな、ピーマン、コーン缶、切り干しだいこん、たまねぎ
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、鶏肉、豆腐	さつまいも、米	もやし、にんじん、しめじ、こまつな、赤ピーマン、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ、たまねぎ
21	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タネキ 青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 鶏肉煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、鶏肉、豆腐	さつまいも、米	もやし、にんじん、しめじ、こまつな、赤ピーマン、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ、たまねぎ
		ミルク さつまいもりんご煮	ミルク さつまいもりんご煮	ミルク さつまいもりんご煮	ミルク さつまいもりんご煮	ミルク、豚ひき肉、豆腐	米、ホットケーキ粉、じゃがいも	たまねぎ、ブロッコリー、えのきたけ、にんじん、しめじ、ねぎ、コーン缶、カットわかめ
22	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タネキ 青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐肉だんご 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚ひき肉、豆腐	米、ホットケーキ粉、じゃがいも	たまねぎ、ブロッコリー、えのきたけ、にんじん、しめじ、ねぎ、コーン缶、カットわかめ
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク ホットケーキ	ミルク、豚肉、豆腐	じゃがいも、米、食パン	こまつな、にんじん、えのきたけ、たまねぎ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、たまねぎ
23	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タネキ 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉ホトハースト煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉ホトハースト煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	じゃがいも、米、食パン	こまつな、にんじん、えのきたけ、たまねぎ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、たまねぎ
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜ペーストサント	ミルク、鶏肉	米、さつまいも	キャベツ、たまねぎ、こまつな、にんじん、生しいたけ、赤ピーマン、コーン缶
24	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タネキ 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 鶏肉煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、鶏肉	米、さつまいも	キャベツ、たまねぎ、こまつな、にんじん、生しいたけ、赤ピーマン、コーン缶
		ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	豆腐、豚ひき肉	米	長ねぎ、にんじん、干しいたけ
25	土	野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	豆腐、豚ひき肉	米	長ねぎ、にんじん、干しいたけ
27	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タネキ 青菜キャベツサツマイもペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、豚ひき肉	米、さつまいも	りんご、たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、ピーマン、切り干しだいこん、ひじき
		ミルク さつまいもりんご煮	ミルク さつまいもりんご煮	ミルク さつまいもりんご煮	ミルク さつまいもりんご煮	ミルク、白身魚	沖縄そば、米、じゃがいも	もやし、にんじん、こまつな、ねぎ、たまねぎ
28	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タネキ 青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	煮込み沖縄そば 魚煮付け 野菜柔らか煮	ミルク、白身魚	沖縄そば、米、じゃがいも	もやし、にんじん、こまつな、ねぎ、たまねぎ
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります