

2025年 12月 離乳食献立表（中期）

中野区保育園・幼稚園課

曜日		月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土
日		1 15	2 16	3 17	4 18	5 19	6 20	8 22	9 23	10 24	11 25	12 26	13 27
午前	主食	おかゆ	やわらか煮うどん	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ
	副食	つくねの煮物 刻みトマト 味噌汁	人参のおかか煮 胡瓜の煮物 味噌汁	卵黄の粗ほぐし 南瓜の煮物 味噌汁	白身魚の煮物 白菜の煮物 味噌汁	豆腐の煮物 いんげんの煮物 味噌汁	大根のそぼろ煮 胡瓜の煮物 味噌汁	豆腐のケチャップ煮 キャベツの煮物 味噌汁	白身魚の煮物 人参の煮物 味噌汁	じゃが芋のそぼろ煮 刻みトマト 味噌汁	豆腐とひき肉の味噌煮 胡瓜の煮物 味噌汁	つくねの煮物 さつま芋の煮物 味噌汁	じゃが芋とツナの煮物 人参の煮物 味噌汁
	材料	米	乾めん 豚ひき肉 玉葱 青菜 砂糖 醤油 かつおだし	米	米	米	米	米	米	米	米	米	米
		鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし	人参 醤油 砂糖 かつお節 胡瓜	卵黄 玉葱 かつおだし	白身魚 醤油 砂糖 片栗粉 かつおだし	豆腐 醤油 砂糖 片栗粉 かつおだし	大根 鶏ひき肉 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	豆腐 ケチャップ 砂糖 かつおだし 片栗粉	白身魚 醤油 砂糖 片栗粉 かつおだし	じゃが芋 豚ひき肉 醤油 砂糖 かつおだし	豆腐 豚ひき肉 大豆味噌 砂糖 片栗粉	鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし	じゃが芋 ツナ缶 醤油 砂糖 かつおだし
午後	主食	やわらか煮うどん	おかゆ	おかゆ	パンがゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	パンがゆ	やわらか煮うどん	おかゆ
	副食	大根のそぼろ煮 マッシュポテト	白身魚の味噌煮 さつま芋の煮物 すまし汁	ミートボールのケチャップ煮 胡瓜の煮物 味噌汁	青菜とツナの煮物 人参の煮物 味噌汁	鶏レバーの煮つぶし 大根の煮物 味噌汁	人参としらすの煮物 粉ふき芋 味噌汁	人参とツナの煮物 じゃが芋の煮物 味噌汁	大根のそぼろ煮 青菜の煮物 味噌汁	キャベツとツナの煮物 いんげんのおかか煮 味噌汁	大根としらすのやわらか煮 刻みブロッコリー 味噌汁	白身魚の味噌煮 胡瓜の煮物 味噌汁	胡瓜としらすの煮物 青菜の煮物 味噌汁
	材料	乾めん 青菜 玉葱 醤油 砂糖 かつおだし	米	米	食パン ミルク	米	米	米	米	米	食パン ミルク	乾めん	米
		大根 豚ひき肉 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	白身魚 大豆味噌 砂糖 かつおだし 片栗粉	豚ひき肉 玉葱 片栗粉	青菜 ツナ缶	鶏レバー 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	人参 しらす 醤油	人参 ツナ缶 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	大根 豚ひき肉 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	キャベツ ツナ缶 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	大根 しらす 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉	人参 玉葱 醤油 砂糖 かつおだし	胡瓜 しらす 醤油
午後	材料	じゃが芋 塩 バター	さつま芋 醤油 砂糖	胡瓜	人参 醤油 砂糖	大根 醤油 砂糖	青菜 大豆味噌 かつおだし	じゃが芋 青菜 大豆味噌 かつおだし	青菜 醤油	いんげん 醤油 かつお節	ブロッコリー 片栗粉 かつおだし	白身魚 大豆味噌 砂糖 かつおだし 片栗粉	葱 大豆味噌 かつおだし
			青菜 醤油 塩 かつおだし	人参 大豆味噌 かつおだし	玉葱 大豆味噌 かつおだし	キャベツ 大豆味噌 かつおだし	玉葱 大豆味噌 かつおだし	玉葱 大豆味噌 かつおだし	白菜 大豆味噌 かつおだし	青菜 大豆味噌 かつおだし	人参 大豆味噌 かつおだし	胡瓜	
	材料												

* 野菜は柔らかく茹でてから調理しています。



* 献立内容は都合により変更する場合があります。

* □で囲まれた食材は、アレルゲンの確認が必要な加工食品です。

* スープは野菜の煮汁を使用しています。