



2025年12月 すすきの保育園離乳食予定献立表



日	曜	中期 (モグモグ) (7~9ヶ月)	後期 (カミカミ) 9~11ヶ月頃			完了期 (パクパク) 12ヶ月~		
			午前おやつ	お昼	午後おやつ	午前おやつ	お昼	午後おやつ
1	月	7倍がゆ ほうれん草のツナ煮 人参ときゅうりのサラダ もやしの味噌汁	ハイハイ	全がゆ ほうれん草のツナ煮 人参ときゅうりのサラダ もやしの味噌汁	さつま芋マフィン	麦茶 リッツ	ご飯 ツナ入り卵焼き 切干大根と蒸し鶏の和え物 麩の味噌汁	牛乳 さつまいもと黒ごまのマフィン
2	火	7倍がゆ 豆腐とかぶの煮物 かぼちゃサラダ 玉ねぎの味噌汁	おやさいいんぐ	全がゆ 豆腐とかぶの煮物 かぼちゃサラダ 玉ねぎの味噌汁	バナナヨーグルト	麦茶 畑のクラッカー	ご飯 豆腐の五目煮 かぼちゃサラダ かぶとコーンの味噌汁	牛乳 フルーツヨーグルト
3	水	7倍がゆ 鶏じゃが煮 玉ねぎときゅうりのサラダ 大根の味噌汁	野菜スティック	全がゆ 鶏じゃが煮 玉ねぎときゅうりのサラダ 大根の味噌汁	プレーンケーキ	麦茶 野菜スティック・チーズ	チキンカレー カニ大根サラダ 飲むヨーグルト	牛乳 お誕生日ケーキ
4	木	7倍がゆ カレイの煮付け キャベツと人参の煮浸し 小松菜の味噌汁	マンナウエハース	全がゆ カレイの煮付け キャベツと人参の煮浸し 小松菜の味噌汁	バナナ・せんべい	麦茶 かぼちゃスティック	ご飯 白身フライ コーンスローサラダ ウインナーと小松菜のスープ	牛乳 りんご・せんべい
5	金	煮込みうどん 白菜の煮浸し バナナ	野菜スティック	煮込みうどん 白菜の煮浸し バナナ	しらす雑炊	麦茶 野菜スティック・チーズ	ほうとう風うどん なめたけ和え バナナ	牛乳 しらす人参おにぎり
6	土	7倍がゆ 高野豆腐の煮物 小松菜ともやしの煮浸し じゃが芋のスープ	マンナビスケット	全がゆ 高野豆腐の煮物 小松菜ともやしの煮浸し じゃが芋のスープ	マンナウエハース	麦茶 アスバラガスビスケット	豚野菜丼 じゃが芋と小松菜の味噌汁 みかんゼリー	牛乳 厚切りバウム・せんべい
8	月	7倍がゆ カレイの煮付け 人参ともやしの煮物 玉ねぎの味噌汁	ハイハイ	全がゆ カレイの煮付け わかめサラダ 玉ねぎの味噌汁	マフィン	麦茶 せんべい	ご飯 豚の生姜焼き わかめサラダ なめこの味噌汁	牛乳 アップルパイ
9	火	パン粥 鶏と大根の煮物 ポテトサラダ キャベツのスープ	おやさいいんべい	食パン 鶏と大根の煮物 ポテトサラダ キャベツのスープ	雑炊	麦茶 ブルーン	ロールパン 冬野菜のクリームシチュー ハムサラダ チーズ	牛乳 ゆかりおにぎり
10	水	7倍がゆ しらすと玉ねぎの煮物 人参ときゅうりのサラダ チンゲン菜のスープ	マンナビスケット	全がゆ しらすと玉ねぎの煮物 人参ときゅうりのサラダ チンゲン菜のスープ	バナナ・せんべい	麦茶 ミレービスケット	ご飯 チンジャオロース シルバーサラダ チンゲン菜と玉ねぎのスープ	牛乳 みかん・ウエハース
11	木	7倍がゆ 鶏肉のうま煮 大根の煮物 じゃが芋の味噌汁	野菜スティック	全がゆ 鶏肉のうま煮 大根の煮物 じゃが芋の味噌汁	ステック食パン	麦茶 野菜スティック・チーズ	ご飯 鶏肉のごまダレ焼き 大根の塩昆布和え じゃが芋の味噌汁	牛乳 ミルククリームサンド
12	金	7倍がゆ カレイとチンゲン菜の味噌煮 さつま芋の煮物 白菜のスープ	おこめぼー	全がゆ カレイとチンゲン菜の味噌煮 さつま芋の煮物 白菜のスープ	パンケーキ	麦茶 アスバラガスビスケット	ご飯 八宝菜 さつま芋と大豆のチーズサラダ 卵とわかめのスープ	牛乳 ぶどうゼリー
13	土	7倍がゆ ツナ人参煮 小松菜と玉ねぎの煮物 麩の味噌汁	せんべい	全がゆ ツナ人参煮 小松菜と玉ねぎの煮物 麩の味噌汁	マンナウエハース	麦茶 かぼちゃスティック	ツナチャーハン 小松菜の中華サラダ 厚揚げと長ねぎの味噌汁	牛乳 ビスコ・せんべい
15	月	7倍がゆ 鶏の味噌煮 人参と玉ねぎの煮物 小松菜のすまし汁	ハイハイ	全がゆ 鶏の味噌煮 人参と玉ねぎの煮物 小松菜のすまし汁	マフィン	麦茶 クラッカー	ご飯 鶏の味噌焼き すき昆布煮 小松菜のすまし汁	牛乳 レーズンクッキー
16	火	7倍がゆ 納豆和え キャベツの煮浸し ほうれん草の味噌汁	野菜スティック	全がゆ 納豆和え キャベツの煮浸し ほうれん草の味噌汁	パンケーキ	麦茶 野菜スティック・チーズ	ご飯 アジのかば焼き 納豆和え キャベツの味噌汁	牛乳 牛乳かん
17	水	7倍がゆ しらすの人参煮 マカロニツナサラダ かぶの味噌汁	マンナウエハース	全がゆ しらすの人参煮 マカロニツナサラダ かぶの味噌汁	おかか雑炊	麦茶 アスバラガスビスケット	ご飯 筑前煮 マカロニサラダ かぶの味噌汁	牛乳 メープルスナッツ麩
18	木	パン粥 豆腐のそぼろあんかけ ポテトサラダ トマトスープ	野菜スティック	食パン 豆腐のそぼろあんかけ ポテトサラダ トマトスープ	人参マフィン	麦茶 野菜スティック・チーズ	ロールパン 豆腐ミートローフ マッシュポテトツリー ABCスープ	牛乳 クリスマスケーキ
19	金	7倍がゆ カレイの煮物 かぼちゃサラダ 人参の味噌汁	ハイハイ	全がゆ カレイの煮物 かぼちゃサラダ 人参の味噌汁	にゅうめん	麦茶 畑のクラッカー	ご飯 鮭の和風ムニエル 白菜の中華サラダ かぼちゃの味噌汁	牛乳 にゅうめん
20	土	7倍がゆ 高野豆腐の煮物 キャベツのサラダ さつま芋の味噌汁	マンナビスケット	全がゆ 高野豆腐の煮物 キャベツのサラダ さつま芋の味噌汁	ハイハイ	麦茶 ミレービスケット	ご飯 鶏大根 キャベツのサラダ さつま芋の味噌汁	牛乳 ワッフル・せんべい
22	月	7倍がゆ 鶏のうま煮 人参と玉ねぎの煮物 キャベツの味噌汁	せんべい	全がゆ 鶏のうま煮 人参と玉ねぎの煮物 キャベツの味噌汁	かぼちゃ茶巾	麦茶 せんべい	親子丼 コーンサラダ さつま揚げの味噌汁	牛乳 かぼちゃケーキ
23	火	やわらかスパゲティ ブロッコリーのサラダ お麩のふわふわ煮	ハイハイ	やわらかスパゲティ ブロッコリーのサラダ お麩のふわふわ煮	味噌雑炊	麦茶 リッツ	ナポリタン ブロッコリーとひじきのサラダ きのこスープ	牛乳 肉味噌おにぎり
24	水	7倍がゆ 豆腐の小松菜あん もやしと人参の煮物 白菜のスープ	野菜スティック	全がゆ 豆腐のそぼろ煮 もやしと人参の煮物 白菜のスープ	さつま芋のおやき	麦茶 野菜スティック・チーズ	ご飯 麻婆豆腐 三色ナムル 白菜の中華スープ	牛乳 スイートポテト
25	木	7倍がゆ 鶏じゃが煮 白菜の煮浸し 大根の味噌汁	マンナビスケット	全がゆ 鶏じゃが煮 白菜の煮浸し 大根の味噌汁	蒸しパン	麦茶 かぼちゃスティック	ご飯 肉じゃが カニカマ和え 大根の味噌汁	牛乳 チーズまんじゅう
26	金	7倍がゆ 小松菜のしらす煮 キャベツの煮浸し 人参の味噌汁	野菜スティック	全がゆ 小松菜のしらす煮 キャベツの煮浸し 人参の味噌汁	パンケーキ	麦茶 野菜スティック・チーズ	ご飯 豚肉のブルコギ風 磯香和え かきたま汁	牛乳 ミニクロワッサン
27	土	7倍がゆ 高野豆腐の人参あん じゃが芋とほうれん草の煮物 もやしの味噌汁	ハイハイ	全がゆ 高野豆腐の人参あん じゃが芋とほうれん草の煮物 もやしの味噌汁	マンナウエハース	麦茶 クラッカー	ご飯 厚揚げのそぼろあん おかか和え 高野豆腐の味噌汁	牛乳 たいやき・せんべい

*材料購入の関係上、多少の変更はご了承願います。

*献立の「ご飯」に使用しているお米は、国内産米となっています。

*保育園では調理にはいろいろな食材を使用しております。献立表の材料名もご覧いただき、食べたことがない食材は事前にご家庭でもお試しください。お願い申し上げます。