

## 12月離乳食メニュー

日付	主食	副食	汁	デザート
1 (月)	かつおがゆ	鶏肉の煮物 いんげんの煮物	みそ汁(白菜・人参)	ゼリー
2 (火)	人参がゆ	豆腐の煮物 かぼちゃの煮物	うどん(玉ねぎ・青菜)	みかん
3 (水)	さつまいもがゆ	鶏ミンチの煮物 人参の煮物	おすまし(キャベツ・青菜)	バナナ
4 (木)	きなこがゆ	魚の煮物(ほき) さつまいもの煮物	みそ汁(玉ねぎ・人参)	りんご
5 (金)	かつおがゆ	豆腐の煮物 プロッコリーの煮物	おすまし(人参・大根)	ゼリー
6 (土)	青菜がゆ	鶏ミンチの煮物 いんげんの煮物	スープ(白菜・人参)	みかん
8 (月)	人参がゆ	豆腐の煮物 さつまいもの煮物	みそ汁(玉ねぎ・青菜)	ゼリー
9 (火)	きなこがゆ	鶏肉の煮物 かぼちゃの煮物	おすまし(キャベツ・人参)	りんご
10 (水)	さつまいもがゆ	魚の煮物(ほき) 青菜の煮物	スープ(玉ねぎ・プロッコリー)	バナナ
11 (木)	青菜がゆ	鶏肉の煮物 さつまいもの煮物	みそ汁(白菜・人参)	りんご
12 (金)	人参がゆ	豆腐の煮物 かぼちゃの煮物	スープ(青菜・玉ねぎ)	ゼリー
13 (土)	かつおがゆ	魚の煮物(ほき) プロッコリーの煮物	おすまし(白菜・人参)	りんご
15 (月)	さつまいもがゆ	鶏ミンチの煮物 青菜の煮物	おすまし(人参・玉ねぎ)	ゼリー
16 (火)	人参がゆ	豆腐の煮物 さつまいもの煮物	スープ(じゃがいも・青菜)	りんご
17 (水)	青菜がゆ	鶏肉の煮物 いんげんの煮物	うどん(青菜・人参)	バナナ
18 (木)	きなこがゆ	魚の煮物(ほき) 人参の煮物	スープ(じゃがいも・プロッコリー)	りんご
19 (金)	さつまいもがゆ	豆腐の煮物 青菜の煮物	おすまし(白菜・人参)	ゼリー
20 (土)	青菜がゆ	魚の煮物(ほき) プロッコリーの煮物	スープ(玉ねぎ・人参)	バナナ
22 (月)	かつおがゆ	鶏肉の煮物 いんげんの煮物	おすまし(青菜・大根)	ゼリー
23 (火)	きなこがゆ	豆腐の煮物 さつまいもの煮物	スープ(人参・キャベツ)	りんご
24 (水)	さつまいもがゆ	鶏ミンチの煮物 青菜の煮物	みそ汁(大根・人参)	バナナ
25 (木)	人参がゆ	魚の煮物(ほき) かぼちゃの煮物	スープ(じゃがいも・青菜)	りんご
26 (金)	かつおがゆ	豆腐の煮物 人参の煮物	おすまし(玉ねぎ・プロッコリー)	ゼリー
27 (土)	きなこがゆ	魚の煮物(ほき) じゃがいもの煮物	スープ(白菜・人参)	バナナ

おやつ…ベビーセンべい

青菜…ほうれん草