

# 12月離乳食メニュー

日付	主食	副食	汁	デザート
2 (月)	きなこがゆ	鶏ミンチの煮物 いんげんの煮物	みそ汁(白菜・ブロッコリー)	ゼリー
3 (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
4 (水)	さつまいもがゆ	鶏肉の煮物 人参の煮物	スープ(キャベツ・青菜)	バナナ
5 (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
6 (金)	かつおがゆ	豆腐の煮物 ブロッコリーの煮物	おすまし(人参・大根)	ゼリー
7 (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
9 (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
10 (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)	バナナ
11 (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・ブロッコリー)	りんご
12 (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)	バナナ
13 (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
14 (土)	かつおがゆ	魚の煮物(ほき) ブロッコリーの煮物	スープ(白菜・人参)	みかん
16 (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
17 (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)	バナナ
18 (水)	青菜がゆ	鶏肉の煮物 いんげんの煮物	うどん(青菜・人参)	りんご
19 (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・ブロッコリー)	バナナ
20 (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
21 (土)	青菜がゆ	魚の煮物(ほき) ブロッコリーの煮物	スープ(玉ねぎ・人参)	バナナ
23 (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
24 (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)	バナナ
25 (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)	りんご
26 (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)	バナナ
27 (金)	かつおがゆ	豆腐の煮物 人参の煮物	おすまし(玉ねぎ・ブロッコリー)	ゼリー
28 (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…野菜ハイハイ

青菜…ほうれん草