

屯田保育園 離乳食献立表  
(つぼみ組)

令和7年12月

| 日  | 曜日 | 初期(5~6か月) | 中期(7~8か月)                         | 後期(9~11か月)<br>(午前)                 | 後期(9~11か月)<br>(午後)                                     |                                   |
|----|----|-----------|-----------------------------------|------------------------------------|--|-----------------------------------|
| 1  | 15 | 月         | つぶし粥・スープ<br>玉葱煮つぶし<br>人参煮つぶし      | 粥・スープ<br>豚挽肉玉葱あんかけ煮<br>人参ステイック煮    | 軟飯・味噌汁(白菜・シメジ)<br>肉じゃが<br>キャベツ生姜和え・果物                  | 軟飯・スープ(キャベツ)<br>豚肉人参白菜煮<br>果物     |
| 2  | 16 | 火         | つぶし粥・スープ<br>白菜煮つぶし<br>人参煮つぶし      | 粥・スープ<br>ほっけ白菜あんかけ煮<br>人参ステイック煮    | 軟飯・味噌汁(キャベツ・人参)<br>ほっけフライ湯通し<br>白菜のり和え・果物              | 雑炊(ほっけ・白菜・人参)<br>キャベツ炒め煮<br>果物    |
| 3  | 17 | 水         | つぶし粥・スープ<br>ほうれん草煮つぶし<br>キャベツ煮つぶし | 粥・スープ<br>豚挽肉ほうれん草あんかけ煮<br>果物       | 軟飯・味噌汁(水菜・麩)<br>チャブチエ<br>ほうれん草しらす和え・果物                 | 軟飯・スープ(ほうれん草)<br>豚肉玉葱キャベツ煮<br>果物  |
| 4  | 18 | 木         | つぶし粥・スープ<br>豆腐煮つぶし<br>人参煮つぶし      | 粥・スープ<br>豆腐ほうれん草あんかけ煮<br>人参ステイック煮  | 軟飯・味噌汁(豆腐・ホウレン草)<br>鶏肉のさっぱり煮<br>ツナマカロニサラダ・果物           | 軟飯・スープ(人参)<br>鶏肉ほうれん草あんかけ煮<br>果物  |
| 5  | 19 | 金         | つぶし粥・スープ<br>豆腐煮つぶし<br>さつま芋煮つぶし    | 粥・スープ<br>豆腐玉葱あんかけ煮<br>さつま芋ステイック煮   | 軟飯・さつま汁<br>さばみそ焼き<br>小松菜のナムル・果物                        | トースト・スープ(玉葱)<br>鶏肉小松菜人参煮<br>果物    |
| 6  | 20 | 土         | つぶし粥・スープ<br>チンゲン菜煮つぶし             | 粥・スープ<br>豚挽肉チンゲン菜あんかけ煮<br>人参ステイック煮 | 麦茶・ミートソーススパゲティ<br>チンゲン菜お浸し<br>果物                       | バターロール<br>豆乳・果物                   |
| 8  | 22 | 月         | つぶし粥・スープ<br>小松菜煮つぶし<br>大根煮つぶし     | 粥・スープ<br>豚挽肉小松菜あんかけ煮<br>大根ステイック煮   | 軟飯・味噌汁(小松菜・玉葱)<br>豚肉の生姜焼き<br>大根と胡瓜の酢の物・果物              | 軟飯・スープ(大根)<br>豚肉小松菜玉葱煮<br>果物      |
| 9  |    | 火         | つぶし粥・スープ<br>玉葱煮つぶし<br>ブロッコリー煮つぶし  | 粥・スープ<br>納豆玉葱あんかけ煮<br>ブロッコリー煮      | 軟飯・味噌汁(長葱・エノキ)<br>納豆かき揚げ湯通し<br>ブロッコリーおかか和え・果物          | 軟飯・スープ(玉葱)<br>豚肉人参ブロッコリー煮<br>果物   |
|    | 23 | 火         | パン粥・スープ<br>人参煮つぶし<br>ブロッコリー煮つぶし   | パン粥・スープ<br>鶏挽肉人参あんかけ煮<br>ブロッコリー煮   | バターロール<br>スープ(コーン・パセリ)<br>鶏肉のから揚げ湯通し<br>ブロッコリーおかか和え・果物 | 軟飯・スープ(ブロッコリー)<br>鶏肉人参あんかけ煮<br>果物 |
| 10 | 24 | 水         | つぶし粥・スープ<br>たら煮つぶし<br>南瓜煮つぶし      | 粥・スープ<br>たらチンゲン菜あんかけ煮<br>南瓜煮       | 軟飯・味噌汁(南瓜)<br>たらの磯辺焼き<br>切干大根のごま和え・果物                  | きのこスパゲティ<br>スープ(チンゲン菜)<br>果物      |
| 11 | 25 | 木         | パン粥・スープ<br>キャベツ煮つぶし<br>玉葱煮つぶし     | パン粥・スープ<br>鮭キャベツあんかけ煮<br>果物        | バターロール<br>鮭の豆乳チャウダー<br>豚肉の香味焼き<br>キャベツわかめ和え・果物         | 軟飯・スープ(キャベツ)<br>豚肉玉葱小松菜煮<br>果物    |
| 12 | 26 | 金         | つぶし粥・スープ<br>大根煮つぶし<br>人参煮つぶし      | 粥・スープ<br>豚挽肉大根あんかけ煮<br>人参ステイック煮    | 軟飯・根菜シチュー<br>小松菜中華和え・果物                                | 軟飯・スープ(玉葱)<br>豚肉人参小松菜煮<br>果物      |
| 13 | 27 | 土         | つぶし粥・スープ<br>ほうれん草煮つぶし             | 粥・スープ<br>鶏挽肉ほうれん草あんかけ煮<br>人参ステイック煮 | 味噌うどん<br>白菜コーン和え<br>果物                                 | バターロール<br>豆乳・果物                   |

<野菜・くだものについて>  
天候不順などで高騰し、使用が難しい場合は他の野菜・果物に置き換えることもあります。

☆札幌市では毎月1日は『野菜の日』として、野菜摂取の強化に取り組んでいます。  
☆離乳食の進み具合によっては使用材料を変更する場合があります。  
☆行事の日については玄関に掲示いたします。