



12月の離乳食献立

さくら保育園



日	曜	主食	副食(中期)7~8ヶ月ごろ モグモグ期/舌でつぶせるかたさ		副食(後期)9~11ヶ月ごろ カミカミ期/歯茎でつぶせるかたさ	
2	月	おかゆ	白身魚のだし煮	みそスープ	白身魚のだし煮	みそスープ
3	火	おかゆ	鶏肉のくず煮	煮びたし	鶏肉のくず煮	煮びたし
4	水	おかゆ	鶏肉のトマト煮	野菜スープ	鶏肉のトマト煮	野菜スープ
5	木	おかゆ	鶏肉のそぼろ煮	つぶしバナナ	鶏肉のそぼろ煮	バナナ
6	金	おかゆ	豆腐のくず煮	みそスープ	豆腐のくず煮	みそスープ
9	月	おかゆ	鶏ひき肉だし煮	野菜スープ	鶏ひき肉だし煮	野菜スープ
10	火	おかゆ	鶏肉のトマト煮	小松菜スープ	鶏肉のトマト煮	小松菜スープ
11	水	おかゆ	豆腐のみそ煮	チンゲン菜スープ	豆腐のみそ煮	チンゲン菜スープ
12	木	おかゆ	白身魚の煮魚	野菜スープ	白身魚の煮魚	野菜スープ
13	金	おかゆ	野菜のだし煮	つぶしバナナ	野菜のだし煮	バナナ
16	月	おかゆ	豆腐のくず煮	みそスープ	豆腐のくず煮	みそスープ
17	火	おかゆ	鶏肉のトマト煮	野菜スープ	鶏肉のトマト煮	野菜スープ
18	水	おかゆ	けんちん煮	煮びたし	けんちん煮	煮びたし
19	木	おかゆ	豆腐のみそ煮	つぶしバナナ	豆腐のみそ煮	バナナ
20	金	おかゆ	鶏肉のそぼろ煮	煮びたし	鶏肉のそぼろ煮	煮びたし
23	月	おかゆ	麩のだし煮	かぼちゃの煮物	麩のだし煮	かぼちゃの煮物
24	火	おかゆ	豆腐のくず煮	野菜スープ	豆腐のくず煮	野菜スープ
25	水	おかゆ	野菜煮	みそスープ	野菜煮	みそスープ
26	木	おかゆ	鶏肉のみそ煮	野菜スープ	鶏肉のみそ煮	野菜スープ
27	金	おかゆ	白身魚のくず煮	つぶしバナナ	白身魚のくず煮	バナナ

離乳食だより



あっという間に今年も最後の1か月となりました。
体調を崩したり、感染症が流行しやすい時期になります。
離乳食を調理する際のポイントです。

衛生面のポイント

- ①清潔に調理する**
 - ・よく手を洗う
 - ・生ものを取り扱った調理器具は煮沸消毒しましょう
- ②よく加熱する**
 - ・食品の中心温度が85℃以上になるよう十分加熱する
 - ・手際よく調理して細菌の繁殖を防ぐ
- ③食べ残しは与えない**

※ 仕入れ状況によりメニューの変更がありますのでご了承ください。