



# りんごベビーホーム

# 12月離乳食献立表

2025年度

※喫食状況に応じて変更あります。

12月		献立名	主な材料	おやつ	主な材料
1	月	シシリアンライス・ほうれん草ソテー ブロッコリーおかか和え・野菜ジュース オレンジ	米・豚肉・玉ねぎ・人参・グリーンピース・えのき・レタス トマト／ほうれん草・ベーコン・コーン／ブロッコリー・人参 野菜ジュース・オレンジ	牛乳 バター醤油ポテト	じゃが芋・バター
2	火	ご飯・揚げたらきのこあんかけ・ひじき炒り煮 小松菜のしらす和え・のっぺい汁・キウイフルー ツ	米／たら・椎茸・しめじ・えのき・ねぎ／ひじき・白滝 きざみ揚げ・人参・大豆／小松菜・人参・しらす／鶏肉・里芋 大根・人参・ごぼう・ねぎ・キウイフルーツ	牛乳 南瓜蒸しパン	ホットケーキミックス 豆乳・南瓜・こしあん
3	水	ご飯・ハムエッグ・えびとブロッコリー炒め 豆腐サラダ・豆乳五目豚汁・オレンジ	米／卵・ハム／えび・ブロッコリー・エリンギ／豆腐・レタス 胡瓜・赤パプリカ・黄パプリカ／豚肉・白菜・ねぎ・しめじ ごぼう・小松菜／オレンジ	豆乳ヨーグルト	豆乳ヨーグルト
4	木	ご飯・肉豆腐・青梗菜といかの炒め キャベツサラダ・麦茶・バナナ	米／豆腐・豚肉・人参・玉ねぎ・絹さや・白滝・椎茸／青梗菜 いか・人参／キャベツ・人参・干しぶどう・胡瓜／麦茶／バナナ	牛乳 あずきロール	あずきロール
5	金	醤油ラーメン・いかリングフライ 白かぶの甘酢漬け・麦茶・オレンジ	中華麺・チャーシュー・わかめ・ナルト・コーン・ねぎ いかリングフライ／かぶ・胡瓜・大葉／麦茶／オレンジ	牛乳 お麴ラスク	麴・バター グラニュー糖
6	土	みんなが主役の発表会			
8	月	鶏そぼろ丼・ビーフン炒め・南瓜和風サラダ わかめスープ・オレンジ	米・鶏肉・玉ねぎ・ごま・海苔／ビーフン・ピーマン・ねぎ 人参・豚肉／南瓜・いんげん・竹輪／わかめ・しめじ・人参 レタス・ごま／オレンジ	牛乳 さつま芋蒸しパン	ホットケーキミックス 豆乳・さつま芋・ごま
9	火	ご飯・豆腐入り卵焼き・人参の鯖味噌炒め チキンサラダ・ツナひじきふりかけ・とん汁 バナナ	米／卵・豆腐・ねぎ／かまぼこ・人参・アスパラ／大葉 小松菜・鯖缶／レタス・トマト・胡瓜・ささみ／ツナ・ひじき ピーマン／豚肉・大根・白滝・ごぼう・人参・豆腐・里芋・えの き バナナ	ブルーベリーヨーグルト	ヨーグルト ブルーベリージャム コーンフレーク
10	水	ご飯・鶏のヨーグルト焼き カラフルピーマン炒め・白菜の昆布和え タンタン風スープ・煮りんご	米／鶏肉・ヨーグルト／ピーマン・赤パプリカ・黄パプリカ えのき・玉ねぎ／白菜・胡瓜／豚肉・キャベツ・人参・にら りんご	牛乳 ほうれん草ケーキ	ホットケーキミックス ほうれん草・牛乳 バター
11	木	ご飯・おからナゲット・根菜のそぼろ煮 白かぶ甘酢漬け・トマトかきたまスープ キウイフルーツ	米／おから・玉ねぎ・鶏肉・卵・ごま・あおのり・豆腐／大根 人参・ごぼう・豚肉／かぶ・胡瓜・大葉／トマト・ねぎ 青梗菜・卵／キウイフルーツ	牛乳 苺クリームサンド	コッペパン クリームチーズ 苺ジャム
12	金	ご飯・ほっけ唐揚げ・なすと豚のこく旨煮 もやしのツナ和え・板麴とわかめの味噌汁 バナナ	米／ほっけ／なす・豚肉／もやし・胡瓜・人参・ツナ／板麴 わかめ／バナナ	牛乳 パンケーキ	パンケーキ
13	土	焼きそば・チキンナゲット ブロッコリーのごま和え・トマト・麦茶・煮りん ご	中華麺・豚肉・えび・いか・人参・玉ねぎ・キャベツ・もやし ピーマン／チキンナゲット／ブロッコリー・胡瓜・竹輪／トマト 麦茶／りんご	コーンフレーク	コーンフレーク
15	月	食パン・サーモンフライ・コールスローサラダ ベビーチーズ・南瓜の豆乳スープ・オレンジ	食パン／サーモンフライ／キャベツ・胡瓜・人参・コーン チーズ／南瓜・ブロッコリー・玉ねぎ・豚肉・人参／オレンジ	麦茶 味噌チーズ焼きおにぎり	米・味噌・チーズ
16	火	ご飯・鶏肉のマーマレードソテー ツナマヨポテト・ひじきサラダ たらじゃっぱ汁風・キウイフルーツ	鶏肉・マーマレードジャム／じゃが芋・ツナ・コーン／ひじき 胡瓜・人参／たら・人参・大根・しめじ・ねぎ・水菜 キウイフルーツ	牛乳 レモンラスク	食パン・グラニュー糖 バター・レモン汁
17	水	豚丼・中華風野菜炒め・ブロッコリーのサラダ ワントンスープ・バナナ	米・豚肉・玉ねぎ・人参・白滝・いんげん・ごぼう／豚肉 キャベツ・玉ねぎ・にら・もやし・赤パプリカ・きくらげ ブロッコリー・胡瓜・ハム・レタス／しゅうまいの皮・玉ねぎ 青梗菜・ナルト／バナナ	牛乳 黒糖ロール	黒糖ロール
18	木	ご飯・鶏と根菜の甘酢炒め・大豆と昆布の煮物 ほうれん草なめたけ和え・トマト 豆腐とささみのスープ・オレンジ	米／鶏肉・人参・れんこん・ごぼう・椎茸／大豆・昆布 ほうれん草・もやし・人参・なめたけ／トマト／豆腐・ささみ 人参・玉ねぎ・水菜／オレンジ	牛乳 揚げたい焼き	たい焼き
19	金	味噌煮込み風うどん・いかフライのレモン煮 キャベツマヨ和え・麦茶・煮りんご	うどん・豚肉・人参・玉ねぎ・小松菜・白菜・ねぎ・きざみ揚げ かまぼこ／いかフライ／キャベツ・胡瓜・人参・竹輪／麦茶 りんご	牛乳 小倉トースト	食パン・マーガリン つぶあん
20	土	ご飯・肉じゃが・春巻き・白菜ゆかり和え 野菜ふりかけ・麦茶・オレンジ	米／豚肉・人参・玉ねぎ・椎茸・じゃが芋・白滝・グリーンピース 春巻き／白菜・胡瓜／ふりかけ／麦茶／オレンジ	牛乳 パンプキンパイ	南瓜・バター・パイ生地
22	月	ドライカレー・わかめの炒め物 もやしごま酢和え・麦茶・煮りんご	米・豚肉・玉ねぎ・人参・コーン・グリーンピース・大豆／わかめ 人参・竹輪・きざみ揚げ／もやし・胡瓜・ハム／麦茶／りんご	牛乳 ミニオムレット	ミニオムレット
23	火	ロールパン・エビフライ・ツリーポテトサラダ ビーフシチュー・カップデザート	ロールパン／エビフライ／じゃが芋・人参・コーン・ブロッ コリー 牛肉・玉ねぎ・南瓜・人参・グリーンピース／カップデザート	牛乳 クリスマスケーキ	苺・パンケーキ 豆乳ホイップ・黄桃缶 みかん缶
24	水	ご飯・五目卵焼き・切干大根の煮物 ほうれん草の鯖缶和え・せんべい汁・みかん	米／卵・ハム・人参・いんげん・ひじき・ねぎ・かまぼこ 切干大根・人参・椎茸・水菜・豚肉・白滝／ほうれん草・胡瓜 鯖缶／鶏肉・白菜・まいだけ・ごぼう・しめじ・ねぎ・せんべい みかん	牛乳 マカロニきなこ	きなこ・マカロニ
25	木	ご飯・豚肉とごぼうの甘辛炒め・パンバンジー ブロッコリー・五目かきたま汁 キウイフルーツ	米／豚肉・ごぼう・人参・白滝／ささみ・胡瓜・人参・レタス ブロッコリー／卵・玉ねぎ・いんげん・椎茸・小松菜・ねぎ キウイフルーツ	牛乳 さつま芋ケーキ	ホットケーキミックス 豆腐・さつま芋 バター・ごま
26	金	年越しうどん・しゅうまい・さつま芋サラダ 麦茶・煮りんご	うどん・豚肉・ほうれん草・人参・揚げ玉・かまぼこ・ねぎ しゅうまい／さつま芋・ハム・胡瓜／麦茶／りんご	牛乳 苺ジャムサンド	食パン・苺ジャム
27	土	ご飯・青椒肉絲・ポパイ納豆・春雨中華和え トマト・オレンジ	米／豚肉・ピーマン・人参／ほうれん草・ねぎ・納豆／春雨 人参・胡瓜・ハム・錦糸卵／トマト／麦茶／オレンジ	牛乳 肉まん	肉まん
29	月	ご飯・鶏の照り焼き・南瓜の甘煮 いんげんのごまマヨ和え・キャベツの味噌汁 バナナ	米／鶏肉／南瓜／いんげん・胡瓜／キャベツ・もやし きざみ揚げ／バナナ	牛乳 パンケーキ	パンケーキ
30	火	えびチャーハン・餃子・きのこの炒め物 ブロッコリー・春雨スープ・オレンジ	米・えび・ねぎ／餃子／えのき・しめじ・エリンギ・玉ねぎ ブロッコリー／春雨・きくらげ・人参・白菜・ねぎ・オレンジ	野菜ジュース レアチーズケーキ	レアチーズケーキ ビスケット