

2023年度 12月 離乳食献立表

法光院こども園

《後期》

月	火	水	木	金	土
11・25	12・26	13・27	14・28	1・15	2・16
<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・パンプキン スープ ・ささみほぐし煮 ・ポテトサラダ (マヨネーズ抜き) ・ブロッコリー煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏肉うどん ・鯛ほぐし煮 ・ほうれん草煮 ・人参スティック ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・すまし汁 ・豆腐煮 ・三度豆煮 ・さつまい煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛肉うどん ・鮭ほぐし煮 ・ほうれん草煮 ・玉葱柔らか煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・すまし汁 ・納豆煮 ・かぼちゃ煮 ・ブロッコリー煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜入りおかゆ ・果物
3時のおやつ					
お菓子	パンスティック	バナナ	蒸しパン	お菓子	お菓子
4・18	5・19	6・20	7・21	8・22	9・23
<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・コーンスープ ・ささみほぐし煮 ・三度豆煮 ・じゃが芋煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・すまし汁 ・納豆煮 ・ほうれん草煮 ・さつまい煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・すまし汁 ・豆腐煮 ・ブロッコリー煮 ・人参スティック ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・豚肉うどん ・鯛ほぐし煮 ・三度豆煮 ・かぼちゃ煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・すまし汁 ・ささみほぐし煮 ・白菜煮 ・玉葱柔らか煮 	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜入りおかゆ ・果物
3時のおやつ					
蒸しかぼちゃ	お菓子	みかん	蒸しさつまい	お菓子	お菓子

《大根について》

1年中スーパーで見かける大根ですが、寒さのピークと同じ12月下旬～2月頃に旬を迎えます。この時期の大根は寒さから身を守る為に糖分が増し、みずみずしく甘みがあります。煮物やサラダ、漬物などに向いています。ちなみに気温の高い春や夏に生産される大根は害虫から身を守る為に冬大根に比べ辛みが強くなるのが特徴だそうです☆



※こども園の行事・材料の都合などにより、献立を変更する場合があります。ご了承ください。