



2025年12月度 <後期・完了期>

※後期は離乳食後にお子様に合わせてミルクを飲みます。

※完了期は幼児食のおおよそ6割の量を目安に提供しております。

完了期の食材は幼児期と同じものを使用しております。幼児食献立をご参照下さい。

※お子様の月齢や発達の状態に合わせて離乳食を進めていきます。

※お子様に合わせて、柔らかさ形状が違います。

※都合により献立の一部を変更する場合がございますのでご了承ください。

日にち	カミカミ期（後期 9~11ヶ月）			パクパク期（完了期 12~17ヶ月）		
	午前食	午後食	エネルギー(kcal)	午前食	午後食	エネルギー(kcal)
1 月	米粥～軟飯 鶏ひき肉のだし煮 たまねぎ きゅうり にんじん だいこんみそ汁	ゆでさつまいも	198	軟飯～ごはん ハンバーグ マカロニサラダ みそ汁	牛乳 蒸かし芋	377
2 火	米粥～軟飯 鶏ひき肉のだし煮 だいこん にんじん ブロッコリー 豆腐みそ汁	ミルク粥～軟飯	270	軟飯～ごはん 鶏肉の大根の煮物 茄子ブロッコリー みそ汁	牛乳 ピサンゴレン	329
3 水	米粥～軟飯 たらのだし煮 こまつな にんじん じゃがいも たまねぎすまし汁	にんじん粥～軟飯	219	軟飯～ごはん さばの味噌煮 こまつな納豆和え もずくのかきたま汁	牛乳 おやつチャーハン	351
4 木	米粥～軟飯 鶏ひき肉のスープ煮 たまねぎ にんじん じゃがいも キャベツスープ	にんじんケーキ	208	カレーライス 野菜たっぷりコンソメスープ オレンジ	牛乳 にんじんケーキ	392
5 金	米粥～軟飯 たらのだし煮 ほうれんそう にんじん かぼちゃ たまねぎみそ汁	みそ粥～軟飯	220	軟飯～ごはん さわらの梅肉揚げ ほうれん草の白和え みそ汁	牛乳 おかかおにぎり	378
6 土	米粥～軟飯 豆腐のだし煮 じゃがいも にんじん キャベツ たまねぎみそ汁	ミルク粥～軟飯	264	軟飯～ごはん 肉じゃが 春雨サラダ みそ汁	牛乳 あんぱん	367
8 月	米粥～軟飯 鶏ささみのだし煮 こまつな にんじん だいこん 豆腐すまし汁	きなこ粥～軟飯	219	軟飯～ごはん 鶏肉のみぞ焼き こまつなとツナの塩昆布和え のっべい汁	牛乳 豆腐ドーナツ	377
9 火	米粥～軟飯 鶏ひき肉のだし煮 たまねぎ にんじん じゃがいも こまつなみそ汁	やさい粥～軟飯	234	軟飯～ごはん 豆腐ハンバーグ にんじんとちくわのきんぴら みそ汁	牛乳 ドライカレー	368
10 水	米粥～軟飯 たらのだし煮 ほうれんそう キャベツ にんじん だいこんみそ汁	ミルク粥～軟飯	241	軟飯～ごはん たらのフライ ほうれん草のごま和え みそ汁	牛乳 バナナケーキ	350
11 木	米粥～軟飯 鶏ささみのスープ煮 たまねぎ ブロッコリー にんじん キャベツスープ	ゆでさつまいも	190	ハヤシライス 花やさいサラダ コンソメスープ	牛乳 フライさつまいも	401
12 金	米粥～軟飯 たらのだし煮 にんじん じゃがいも こまつな 豆腐みそ汁	あおのり粥～軟飯	223	軟飯～ごはん さばの塩麹焼き 切り昆布とじゃがいもの煮物 みそ汁	牛乳 青のりおにぎり	357
13 土	米粥～軟飯 高野豆腐のだし煮 じゃがいも きゅうり にんじん たまねぎみそ汁	にんじん粥～軟飯	233	軟飯～ごはん 鶏肉の照り焼き マカロニサラダ みそ汁	牛乳 おやつピラフ	384
15 月	米粥～軟飯 高野豆腐のだし煮 じゃがいも たまねぎ にんじん だいこんみそ汁	きなこ蒸しパン	196	軟飯～ごはん 鶏じゃが 三色野菜ののり和え みそ汁	牛乳 きなこ蒸しパン	353
16 火	米粥～軟飯 鶏ひき肉のスープ煮 だいこん にんじん きゅうり 豆腐スープ	ミルク粥～軟飯	262	マーボー丼 大根サラダ わかめスープ	牛乳 カルシウムヨーグルト カルシウムせんべい	380
17 水	米粥～軟飯 鮭のだし煮 にんじん じゃがいも さつまいも たまねぎみそ汁	みそ粥～軟飯	246	軟飯～ごはん 鮭のパン粉焼き 高野豆腐とひじきの煮物 みそ汁	牛乳 みそ焼きおにぎり	362
18 木	米粥～軟飯 鶏ひき肉のスープ煮 たまねぎ にんじん キャベツ こまつなスープ	食パンスティック	207	カレーライス コールスローサラダ 豆腐のスープ	牛乳 ツナサンド	421
19 金	米粥～軟飯 鶏ささみのだし煮 きゅうり だいこん にんじん たまねぎみそ汁	ホットケーキ	182	軟飯～ごはん 鶏肉の醤油揚げ きき菜炒り みそ汁 バナナ	牛乳 ホットケーキ	409
20 土	米粥～軟飯 鶏ひき肉のだし煮 キャベツ にんじん たまねぎ さつまいもみそ汁	昆布粥～軟飯	245	焼きうどん ブロッコリーのおかか和え みそ汁	牛乳 わかめおにぎり	292
22 月	米粥～軟飯 鶏ひき肉のだし煮 たまねぎ にんじん かぼちゃ ほうれん草うみそ汁	にんじん粥～軟飯	238	野菜たっぷりそぼろ丼 かぼちゃのいとこ煮 冬野菜のみそ汁	牛乳 シシューおにぎり	391
23 火	米粥～軟飯 鶏ひき肉のだし煮 たまねぎ にんじん じゃがいも こまつなみそ汁	やさい粥～軟飯	234	軟飯～ごはん 豆腐ハンバーグ にんじんとちくわのきんぴら みそ汁	牛乳 ドライカレー	368
24 水	米粥～軟飯 たらのだし煮 ほうれんそう キャベツ にんじん だいこんみそ汁	ゆでさつまいも	182	軟飯～ごはん たらのフライ ほうれん草のごま和え みそ汁	牛乳 蒸かし芋	351
25 木	米粥～軟飯 鶏ささみのスープ煮 にんじん じゃがいも きゅうり キャベツスープ	ミルク粥～軟飯	249	キャロットライス クリスピーチキン ポテトサラダ ゆでブロッコリー コンソメスープ	牛乳 クリームチーズとブルーベリーのケーキ	394
26 金	米粥～軟飯 たらのだし煮 にんじん じゃがいも こまつな 豆腐みそ汁	あおのり粥～軟飯	223	軟飯～ごはん さばの塩麹焼き 切り昆布とじゃがいもの煮物 みそ汁	牛乳 青のりおにぎり	357
27 土	米粥～軟飯 高野豆腐のだし煮 じゃがいも きゅうり にんじん たまねぎみそ汁	にんじん粥～軟飯	233	軟飯～ごはん 鶏肉の照り焼き マカロニサラダ みそ汁	牛乳 おやつピラフ	384
過ぎ	米粥～軟飯 鶏ひき肉のスープ煮 にんじん ブロッコリー じゃがいも たまねぎスープ	プレーンヨーグルト 赤ちゃんビスケット	224	おにぎり(海苔しお)(ゆかり) 鶏肉のごま唐揚げ ゆで野菜 粉ふき芋 みかん	牛乳 ヨーグルトジャム添え クラッカー	429

後期 納与栄養目標量(エネルギー)/kcal 220

完了期 納与栄養目標量(エネルギー)/kcal 360