

10 月分離乳食予定献立表

()は後期食のみ使用します 令和8年度 柏市立保育園

日	曜日		食事		主な材料								
					穀類	芋類	油脂・砂糖	たんぱく質食品	野菜・果物				
1	木	初期	つぶしがゆ	野菜ペースト	スープ		米	さつまい芋			人参	キャベツ	
		中期	おかゆ	鶏肉と野菜の煮物	みそ汁				砂糖	鶏胸肉	みそ	ほうれん草	
		後期	硬がゆ	鶏肉と野菜の煮物	みそ汁							玉ねぎ	
2	金	初期	つぶしがゆ	野菜ペースト	スープ		米	じゃが芋			人参	玉ねぎ	
		中期	おかゆ	魚と野菜の煮物	ほうれん草のスープ						砂糖	かれい	キャベツ
		後期	硬がゆ	魚と野菜の煮物	ほうれん草のスープ 手づかみ用じゃが芋								ほうれん草
3	土	初期	つぶし野菜がゆ		スープ		米	じゃが芋			人参	玉ねぎ	
		中期	野菜のおかゆ		ポテトスープ								キャベツ
		後期	野菜のおかゆ		ポテトスープ みかん缶								(みかん缶)
5	月	初期	つぶしがゆ	野菜ペースト	スープ		米				人参	玉ねぎ	
		中期	おかゆ	豆腐と野菜の煮物	オニオンスープ						砂糖	豆腐	鶏胸肉
		後期	硬がゆ	豆腐と野菜の煮物	わかめスープ							(わかめ)	チンゲン菜
6	火	初期	つぶしがゆ	野菜ペースト	スープ		米	じゃが芋			人参	小松菜	
		中期	おかゆ	魚と野菜の煮物	みそ汁						砂糖	かれい	みそ
		後期	硬がゆ	魚と野菜の煮物	みそ汁								大根
7	水	初期	つぶし野菜がゆ		スープ		米 乾麺				人参	白菜	
		中期	煮込みうどん		かぼちゃスープ							鶏胸肉	かぼちゃ
		後期	煮込みうどん		かぼちゃスープ 手づかみ用人参								
8	木	初期	つぶしがゆ	野菜ペースト	スープ		米	さつまい芋			人参	大根	
		中期	おかゆ	魚と野菜の煮物	みそ汁						砂糖	かれい	豆腐
		後期	硬がゆ	魚と野菜の煮物	みそ汁							みそ	玉ねぎ 小松菜
9	金	初期	つぶしがゆ	野菜ペースト	スープ		米	じゃが芋			人参	キャベツ	
		中期	おかゆ	鶏肉と野菜の煮物	みそ汁						砂糖	鶏胸肉	みそ
		後期	硬がゆ	鶏肉と野菜の煮物	みそ汁								玉ねぎ 大根
10	土	初期	つぶし野菜がゆ		スープ		米				人参	玉ねぎ	
		中期	野菜のおかゆ		ベジタブルスープ								キャベツ
		後期	ツナと野菜のおかゆ		ベジタブルスープ みかん缶							(ツナ)	(みかん缶)
12	月	スポーツの日   											
13	火	初期	つぶしがゆ	野菜ペースト	スープ		米	さつまい芋			人参	キャベツ	
		中期	おかゆ	鶏肉と野菜のケチャップ煮	チンゲン菜スープ							鶏胸肉	玉ねぎ チンゲン菜
		後期	硬がゆ	鶏肉と野菜のケチャップ煮	チンゲン菜スープ								
14	水	初期	つぶしがゆ	野菜ペースト	スープ		米	じゃが芋			人参	玉ねぎ	
		中期	おかゆ	魚と野菜の煮物	みそ汁						砂糖	かれい	みそ
		後期	硬がゆ	魚と野菜の煮物	わかめのみそ汁							(わかめ)	小松菜
15	木	初期	つぶし野菜がゆ		スープ		米 乾麺				人参	キャベツ	
		中期	煮込みうどん		玉ねぎスープ							鶏胸肉	玉ねぎ ほうれん草
		後期	煮込みうどん		卵スープ 手づかみ用人参							(卵)	かぼちゃ

物資購入の都合上、献立を変更することがありますが、ご了承ください。

後期食になると、離乳食のすすみ具合によって少量のおやつが出ることがあります。

後期食には手づかみ食べとカミカミの練習のため
大きめに煮た野菜が出ます。

日	曜日		食事	主な材料				
				穀類	芋類	油脂・砂糖	たんぱく質食品	野菜・果物
16	金	初期	つぶしがゆ 野菜ペースト スープ	米	じゃが芋			人参 キャベツ 小松菜 玉ねぎ
		中期	おかゆ 魚と野菜の煮物 みそ汁			砂糖	かれい みそ	
		後期	硬がゆ 魚と野菜の煮物 みそ汁					
17	土	初期	つぶし野菜がゆ スープ	米	じゃが芋			人参 キャベツ 玉ねぎ (みかん缶)
		中期	野菜のおかゆ ポテトスープ					
		後期	ツナと野菜のおかゆ ポテトスープ みかん缶				(ツナ)	
19	月	初期	つぶしがゆ 野菜ペースト スープ	米	じゃが芋			人参 キャベツ 玉ねぎ 大根 小松菜
		中期	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁			砂糖	鶏胸肉 みそ	
		後期	硬がゆ 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁					
20	火	初期	つぶし野菜がゆ スープ	米	じゃが芋			人参 なす 玉ねぎ キャベツ
		中期	おかゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 キャベツスープ			砂糖	鶏胸肉 みそ	
		後期	硬がゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 キャベツスープ 手づかみ用人参					
21	水	初期	つぶしがゆ 野菜ペースト スープ	米	じゃが芋			人参 玉ねぎ ほうれん草
		中期	おかゆ 魚と野菜の煮物 みそ汁			砂糖	かれい 豆腐	
		後期	硬がゆ 魚と野菜の煮物 みそ汁				みそ	
22	木	初期	つぶしがゆ 野菜ペースト スープ	米	じゃが芋			人参 キャベツ 玉ねぎ かぶ
		中期	おかゆ 鶏肉と野菜のケチャップ煮 かぶのスープ 				鶏胸肉	
		後期	硬がゆ 鶏肉と野菜のケチャップ煮 かぶのスープ					
23	金	初期	つぶしがゆ 野菜ペースト スープ	米	さつま芋			人参 玉ねぎ チンゲン菜
		中期	おかゆ 魚と野菜の煮物 みそ汁			砂糖	かれい みそ	
		後期	硬がゆ 魚と野菜の煮物 みそ汁					
24	土	初期	つぶし野菜がゆ スープ	米				人参 玉ねぎ チンゲン菜 (みかん缶)
		中期	野菜のおかゆ ベジタブルスープ					
		後期	ツナと野菜のおかゆ ベジタブルスープ みかん缶				(ツナ)	
26	月	初期	つぶしがゆ 野菜ペースト スープ	米	さつま芋			人参 キャベツ 玉ねぎ 小松菜 大根
		中期	おかゆ 鶏肉と野菜のケチャップ煮 青菜スープ				鶏胸肉	
		後期	硬がゆ 鶏肉と野菜のケチャップ煮 青菜スープ					
27	火	初期	つぶしがゆ 野菜ペースト スープ	米	じゃが芋			人参 大根 玉ねぎ キャベツ ほうれん草
		中期	おかゆ 魚と野菜の煮物 みそ汁			砂糖	かれい みそ	
		後期	硬がゆ 魚と野菜の煮物 みそ汁					
28	水	初期	つぶし野菜がゆ スープ	米 乾麺	じゃが芋			人参 チンゲン菜 玉ねぎ
		中期	煮込みうどん チンゲン菜スープ				鶏胸肉	
		後期	煮込みうどん チンゲン菜スープ 手づかみ用じゃが芋					
29	木	初期	つぶしがゆ 野菜ペースト スープ	米	じゃが芋			人参 小松菜 玉ねぎ
		中期	おかゆ 魚と野菜のみそ煮 すまし汁			砂糖	かれい みそ	
		後期	硬がゆ 魚と野菜のみそ煮 すまし汁					
30	金	初期	つぶしがゆ 野菜ペースト スープ	米	じゃが芋			人参 ほうれん草 玉ねぎ
		中期	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 ベジタブルスープ 			砂糖	鶏胸肉	
		後期	硬がゆ 鶏肉と野菜の煮物 ベジタブルスープ					
31	土	初期	つぶし野菜がゆ スープ	米	じゃが芋			人参 ほうれん草 玉ねぎ (みかん缶)
		中期	野菜のおかゆ ポテトスープ					
		後期	野菜のおかゆ ポテトスープ みかん缶					

物資購入の都合上、献立を変更することがありますが、ご了承ください。

後期食になると、離乳食のすすみ具合によって少量のおやつが出ることがあります。

〔 後期食には手づかみ食べとカミカミの練習のため
大きめに煮た野菜が出ます。 〕