

9 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	火	初期	つぶしがゆ 野菜ペースト スープ	米	じゃが芋			人参
		中期	おかゆ 魚と野菜のみそ煮 すまし汁			砂糖	かれい みそ	玉ねぎ
		後期	硬がゆ 魚と野菜のみそ煮 すまし汁				豆腐	
2	水	初期	つぶしがゆ 野菜ペースト スープ	米				人参 チンゲン菜
		中期	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 キャベツスープ			砂糖	鶏胸肉	玉ねぎ かぼちゃ
		後期	硬がゆ 鶏肉と野菜の煮物 キャベツスープ					キャベツ
3	木	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
		中期	おかゆ 魚と野菜の煮物 みそ汁			砂糖	かれい みそ	大根
		後期	硬がゆ 魚と野菜の煮物 みそ汁 手づかみ用さつま芋					
4	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 鶏肉と野菜のみそ煮 すまし汁			砂糖	鶏胸肉 みそ	玉ねぎ
		後期	硬がゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 すまし汁					
5	土	初期	つぶし野菜がゆ スープ	米	じゃが芋			人参 小松菜
		中期	野菜のおかゆ ポテトスープ					玉ねぎ
		後期	野菜のおかゆ ポテトスープ みかん缶					(みかん缶)
7	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
		中期	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁			砂糖	鶏胸肉 みそ	玉ねぎ かぼちゃ
		後期	硬がゆ 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁					
8	火	初期	つぶしがゆ 野菜ペースト スープ	米	じゃが芋			人参 なす
		中期	おかゆ 魚と野菜の煮物 みそ汁			砂糖	かれい みそ	玉ねぎ キャベツ
		後期	硬がゆ 魚と野菜の煮物 みそ汁					小松菜
9	水	初期	つぶし野菜がゆ スープ	米	じゃが芋			人参
		中期	煮込みうどん 人参スープ	乾麺			鶏胸肉	玉ねぎ
		後期	煮込みうどん 人参スープ 手づかみ用じゃが芋					
10	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
		中期	おかゆ 魚と野菜の煮物 キャベツスープ			砂糖	かれい	玉ねぎ チンゲン菜
		後期	硬がゆ 魚と野菜の煮物 キャベツスープ					
11	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 鶏肉と野菜のケチャップ煮 小松菜スープ				鶏胸肉	玉ねぎ 小松菜
		後期	硬がゆ 鶏肉と野菜のケチャップ煮 小松菜スープ					
12	土	初期	つぶし野菜がゆ スープ	米	じゃが芋			人参
		中期	野菜のおかゆ ポテトスープ					玉ねぎ
		後期	ツナと野菜のおかゆ ポテトスープ みかん缶				(ツナ)	(みかん缶)
14	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
		中期	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 青菜のスープ			砂糖	鶏胸肉	玉ねぎ 小松菜
		後期	硬がゆ 鶏肉と野菜の煮物 青菜のスープ					

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	
15	火	初期	つぶし野菜がゆ	スープ	米				鶏胸肉	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	乾麺						
		後期	煮込みうどん	チンゲン菜スープ 手づかみ用人参							
16	水	初期	つぶしがゆ 野菜ペースト	スープ	米	じゃが芋			砂糖	かれい みそ	人参 キャベツ 大根 小松菜
		中期	おかゆ 魚と野菜の煮物	みそ汁							
		後期	硬がゆ 魚と野菜の煮物	みそ汁							
17	木	初期	つぶしがゆ 野菜ペースト	スープ	米	じゃが芋			砂糖	鶏胸肉 みそ (卵)	人参 ほうれん草 玉ねぎ チンゲン菜
		中期	おかゆ 鶏肉と野菜のみそ煮	野菜スープ							
		後期	硬がゆ 鶏肉と野菜のみそ煮	卵スープ							
18	金	初期	つぶしがゆ 野菜ペースト	スープ	米	さつま芋			砂糖	かれい みそ	人参 大根 玉ねぎ キャベツ
		中期	おかゆ 魚と野菜の煮物	みそ汁							
		後期	硬がゆ 魚と野菜の煮物	みそ汁							
19	土	初期	つぶし野菜がゆ	スープ	米						人参 キャベツ 玉ねぎ (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							
21	月	初期									
		中期	敬老の日								
		後期									
22	火	初期									
		中期	国民の休日								
		後期									
23	水	初期									
		中期	秋分の日								
		後期									
24	木	初期	つぶしがゆ 野菜ペースト	スープ	米	じゃが芋				鶏胸肉 (わかめ)	人参 キャベツ 玉ねぎ
		中期	おかゆ 鶏肉と野菜のケチャップ煮	人参スープ							
		後期	硬がゆ 鶏肉と野菜のケチャップ煮	わかめスープ 手づかみ用じゃが芋							
25	金	初期	つぶしがゆ 野菜ペースト	スープ	米	さつま芋			砂糖	かれい みそ 豆腐	人参 キャベツ 大根 小松菜
		中期	おかゆ 魚と野菜のみそ煮	豆腐スープ							
		後期	硬がゆ 魚と野菜のみそ煮	豆腐スープ							
26	土	初期	つぶし野菜がゆ	スープ	米						人参 キャベツ 玉ねぎ (みかん缶)
		中期	野菜のおかゆ	オニオンスープ							
		後期	ツナと野菜のおかゆ	オニオンスープ みかん缶							
28	月	初期	つぶしがゆ 野菜ペースト	スープ	米	じゃが芋				鶏胸肉	人参 キャベツ 玉ねぎ
		中期	おかゆ 鶏肉と野菜のケチャップ煮	玉ねぎスープ							
		後期	硬がゆ 鶏肉と野菜のケチャップ煮	玉ねぎスープ							
29	火	初期	つぶしがゆ 野菜ペースト	スープ	米	じゃが芋			砂糖	かれい みそ	人参 キャベツ 玉ねぎ チンゲン菜
		中期	おかゆ 魚と野菜のみそ煮	すまし汁							
		後期	硬がゆ 魚と野菜のみそ煮	すまし汁							
30	水	初期	つぶしがゆ 野菜ペースト	スープ	米				砂糖	鶏胸肉 みそ 豆腐	人参 キャベツ 玉ねぎ
		中期	おかゆ 豆腐と野菜のみそ煮	キャベツのスープ							
		後期	硬がゆ 豆腐と野菜のみそ煮	キャベツのスープ							

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。 〕