

7 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 | 水 | 初期 | つぶし野菜がゆ | スープ | 米 | じゃが芋 | | | 玉ねぎ 人参 | |
| | | 中期 | 煮込みうどん | 青菜スープ | 乾麺 | | | 鶏胸肉 | ほうれん草 | |
| | | 後期 | 煮込みうどん | 青菜スープ | | | | | | |
| 2 | 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 | みそ汁 | | | 砂糖 | かれい みそ | 玉ねぎ 小松菜 |
| | | 後期 | 硬がゆ | 魚と野菜の煮物 | みそ汁 | | | | | |
| 3 | 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 | 鶏肉と野菜のみそ煮 | 青菜スープ | | | 砂糖 | 鶏胸肉 みそ | 小松菜 チンゲン菜 |
| | | 後期 | 硬がゆ | 鶏肉と野菜のみそ煮 | 青菜スープ | | | | | |
| 4 | 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 | オニオンスープ | | | | | チンゲン菜 | |
| | | 後期 | ツナと野菜のおかゆ | オニオンスープ | みかん缶 | | | (ツナ) | (みかん缶) | |
| 6 | 月 | 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 | 鶏肉と野菜の煮物 | オニオンスープ | | | 砂糖 | 鶏胸肉 | キャベツ |
| | | 後期 | 硬がゆ | 鶏肉と野菜の煮物 | オニオンスープ | | | | | |
| 7 | 火 | 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 | キャベツスープ | | | | 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 | キャベツスープ | | | | | |
| 8 | 水 | 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 | みそ汁 | | | 砂糖 | かれい 豆腐 | 大根 小松菜 |
| | | 後期 | 硬がゆ | 魚と野菜の煮物 | みそ汁 | | | | みそ | |
| 9 | 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 | 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 | | | | | |
| 10 | 金 | 初期 | つぶしがゆ | 野菜ペースト | スープ | 米 | | | 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 | 玉ねぎ かぼちゃ |
| | | 後期 | 硬がゆ | 魚と野菜の煮物 | みそ汁 | | | | | 小松菜 |
| 11 | 土 | 初期 | つぶし野菜がゆ | スープ | 米 | | | | 人参 キャベツ | |
| | | 中期 | 鶏肉と野菜のおかゆ | ベジタブルスープ | | | | | 鶏胸肉 | 玉ねぎ |
| | | 後期 | 鶏肉と野菜のおかゆ | ベジタブルスープ | みかん缶 | | | | | (みかん缶) |
| 13 | 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 | |
| | | 中期 | おかゆ | 鶏肉と野菜の煮物 | 青菜スープ | | | 砂糖 | 鶏胸肉 | 玉ねぎ 小松菜 |
| | | 後期 | 硬がゆ | 鶏肉と野菜の煮物 | 青菜スープ | | | | | |
| 14 | 火 | 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 | トマトスープ | | | 砂糖 | かれい | トマト |
| | | 後期 | 硬がゆ | 魚と野菜の煮物 | トマトスープ | | | | | |
| 15 | 水 | 初期 | つぶし野菜がゆ | スープ | 米 | じゃが芋 | | | 玉ねぎ 人参 | |
| | | 中期 | 煮込みうどん | かぼちゃスープ | 乾麺 | | | | 鶏胸肉 | かぼちゃ |
| | | 後期 | 煮込みうどん | かぼちゃスープ | | | | | | |

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 | | | | |
| 16 | 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 (わかめ) | 人参 玉ねぎ チンゲン菜 | | | |
| | | 中期 | おかゆ | 鶏肉と野菜の煮物 | みそ汁 | | | | | | | | |
| | | 後期 | 硬がゆ | 鶏肉と野菜の煮物 | わかめのみそ汁 | | | | | | | | |
| 17 | 金 | 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 豆腐 みそ | 人参 玉ねぎ 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 | | | | | | | | |
| 18 | 土 | 初期 | つぶし野菜がゆ | | スープ | 米 | じゃが芋 | | | 人参 玉ねぎ 小松菜 (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 | | | | | | | | |
| 20 | 月 | 初期 | 海の日  | | | | | | | | | | |
| | | 中期 | | | | | | | | | 海の日 | | |
| | | 後期 | | | | | | | | | 海の日 | | |
| 21 | 火 | 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 | 人参 玉ねぎ 小松菜 キャベツ | | | |
| | | 中期 | おかゆ | 鶏肉と野菜の煮物 | キャベツスープ | | | | | | | | |
| | | 後期 | 硬がゆ | 鶏肉と野菜の煮物 | キャベツスープ | | | | | | | | |
| 22 | 水 | 初期 | つぶしがゆ | 野菜ペースト | スープ | 米 | | | 鶏胸肉 | 人参 かぼちゃ 玉ねぎ チンゲン菜 | | | |
| | | 中期 | おかゆ | 鶏肉と野菜のケチャップ煮 | 青菜スープ | | | | | | | | |
| | | 後期 | 硬がゆ | 鶏肉と野菜のケチャップ煮 | 青菜スープ | | | | | | | | |
| 23 | 木 | 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 玉ねぎ 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 <small>手づかみ用じゃが芋</small> | | | | | | | | |
| 24 | 金 | 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 (卵) | 人参 チンゲン菜 玉ねぎ キャベツ | | | |
| | | 中期 | おかゆ | 鶏肉と野菜の煮物 | キャベツスープ | | | | | | | | |
| | | 後期 | 硬がゆ | 鶏肉と野菜の煮物 | 卵とキャベツのスープ | | | | | | | | |
| 25 | 土 | 初期 | つぶし野菜がゆ | | スープ | 米 | じゃが芋 | | 鶏胸肉 | 人参 玉ねぎ チンゲン菜 (みかん缶) | | | |
| | | 中期 | 鶏肉と野菜のおかゆ | | ポテトスープ | | | | | | | | |
| | | 後期 | 鶏肉と野菜のおかゆ | | ポテトスープ みかん缶 | | | | | | | | |
| 27 | 月 | 初期 | つぶしがゆ | 野菜ペースト | スープ | 米 | | 砂糖 | 豆腐 鶏胸肉 (わかめ) みそ | 玉ねぎ チンゲン菜 人参 | | | |
| | | 中期 | おかゆ | 豆腐と野菜の煮物 | みそ汁 | | | | | | | | |
| | | 後期 | 硬がゆ | 豆腐と野菜の煮物 | わかめのみそ汁 | | | | | | | | |
| 28 | 火 | 初期 | つぶしがゆ | 野菜ペースト | スープ | 米 | | 砂糖 | かれい | 人参 キャベツ 玉ねぎ かぼちゃ 小松菜 | | | |
| | | 中期 | おかゆ | 魚と野菜の煮物 | 野菜スープ | | | | | | | | |
| | | 後期 | 硬がゆ | 魚と野菜の煮物 | 野菜スープ | | | | | | | | |
| 29 | 水 | 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 玉ねぎ キャベツ | | | |
| | | 中期 | おかゆ | 鶏肉と野菜のケチャップ煮 | キャベツスープ | | | | | | | | |
| | | 後期 | 硬がゆ | 鶏肉と野菜のケチャップ煮 | キャベツスープ | | | | | | | | |
| 30 | 木 | 初期 | つぶし野菜がゆ | | スープ | 米 | じゃが芋 | | 鶏胸肉 | 玉ねぎ 人参 キャベツ | | | |
| | | 中期 | 煮込みうどん | | ポテトスープ | | | | | | | | |
| | | 後期 | 煮込みうどん | | ポテトスープ <small>手づかみ用じゃが芋</small> | | | | | | | | |
| 31 | 金 | 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 豆腐 | 人参 キャベツ 玉ねぎ チンゲン菜 | | | |
| | | 中期 | おかゆ | 魚と野菜の煮物 | すまし汁 | | | | | | | | |
| | | 後期 | 硬がゆ | 魚と野菜の煮物 | すまし汁 | | | | | | | | |