

1 月分離乳食予定献立表

()は後期食のみ使用します 令和7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
5	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	野菜の煮物	みそ汁			砂糖	みそ	
		後期	硬がゆ	野菜の煮物	みそ汁					
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 キャベツ
		中期	おかゆ	豆腐と野菜のみそ煮	野菜スープ			砂糖	みそ 豆腐	
		後期	硬がゆ	豆腐と野菜のみそ煮	野菜スープ					
7	水	初期	つぶしがゆ	野菜ペースト	スープ	米				人参 大根 玉ねぎ 小松菜 白菜
		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			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	じゃが芋			人参 キャベツ 玉ねぎ ほうれん草
		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	
		後期	硬がゆ	鶏肉と野菜のみそ煮	すまし汁					
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 チンゲン菜 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				豆腐	
10	土	初期	つぶし野菜がゆ		スープ	米				人参 チンゲン菜 玉ねぎ (もも缶)
		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 もも缶				(ツナ)	
12	月	初期	<div>成人の日</div> 							
		中期								
		後期								
13	火	初期	つぶしがゆ	野菜ペースト	スープ	米				人参 チンゲン菜 玉ねぎ キャベツ 大根
		中期	おかゆ	鶏肉と野菜の煮物	チンゲン菜スープ			砂糖	鶏胸肉 (卵)	
		後期	硬がゆ	鶏肉と野菜の煮物	卵スープ					
14	水	初期	つぶし野菜がゆ		スープ	米	さつま芋			人参 小松菜 大根
		中期	みそ煮込みうどん		青菜スープ	乾麺			鶏胸肉 みそ	
		後期	みそ煮込みうどん		青菜スープ	手づかみ用さつま芋				
15	木	初期	つぶしがゆ	野菜ペースト	スープ	米	じゃが芋			人参 チンゲン菜 玉ねぎ
		中期	おかゆ	魚と野菜の煮物	玉ねぎスープ			砂糖	かれい	
		後期	硬がゆ	魚と野菜の煮物	玉ねぎスープ					
16	金	初期	つぶしがゆ	野菜ペースト	スープ	米				人参 キャベツ 玉ねぎ かぼちゃ ほうれん草
		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					
17	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 (もも缶)
		中期	鶏肉と野菜のおかゆ		ベジタブルスープ				鶏胸肉	
		後期	鶏肉と野菜のおかゆ		ベジタブルスープ もも缶					

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。

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
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 チンゲン菜 玉ねぎ キャベツ (コーン)
		中期	おかゆ	鶏肉と野菜の煮物	キャベツスープ			砂糖	
		後期	硬がゆ	鶏肉と野菜の煮物	コーン入りスープ			鶏胸肉	
20	火	初期	つぶし野菜がゆ		スープ	米			人参 ほうれん草 玉ねぎ 小松菜
		中期	煮込みうどん		青菜スープ				
		後期	ツナ入り煮込みうどん		青菜スープ 手づかみ用人参			(ツナ)	
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 キャベツ 玉ねぎ
		中期	おかゆ	魚と野菜の煮物	みそ汁			砂糖	
		後期	硬がゆ	魚と野菜の煮物	みそ汁			豆腐	
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
		中期	おかゆ	鶏肉と野菜のケチャップ煮	オニオンスープ				
		後期	硬がゆ	鶏肉と野菜のケチャップ煮	オニオンスープ			鶏胸肉	
23	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 玉ねぎ
		中期	おかゆ	魚と野菜のみそ煮	すまし汁			砂糖	
		後期	硬がゆ	魚と野菜のみそ煮	わかめ入りすまし汁			かれい みそ (わかめ)	
24	土	初期	つぶし野菜がゆ		スープ	米			人参 キャベツ 玉ねぎ (もも缶)
		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 もも缶			(ツナ)	
26	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	ポテトスープ			砂糖	
		後期	硬がゆ	鶏肉と野菜の煮物	ポテトスープ			鶏胸肉	
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 キャベツ 玉ねぎ かぶ
		中期	おかゆ	魚と野菜の煮物	みそ汁			砂糖	
		後期	硬がゆ	魚と野菜の煮物	みそ汁			かれい みそ	
28	水	初期	つぶし野菜がゆ		スープ	米	さつま芋		人参 キャベツ 玉ねぎ 小松菜
		中期	煮込みうどん		青菜のスープ				
		後期	煮込みうどん		青菜のスープ 手づかみ用さつま芋			鶏胸肉	
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 キャベツ 玉ねぎ 小松菜 かぼちゃ
		中期	おかゆ	魚と野菜の煮物	みそ汁			砂糖	
		後期	硬がゆ	魚と野菜の煮物	みそ汁			かれい みそ	
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 かぶ
		中期	おかゆ	鶏肉と野菜のケチャップ煮	みそ汁				
		後期	硬がゆ	鶏肉と野菜のケチャップ煮	みそ汁			鶏胸肉 みそ	
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 (もも缶)
		中期	鶏肉と野菜のおかゆ		ベジタブルスープ				
		後期	鶏肉と野菜のおかゆ		ベジタブルスープ もも缶			鶏胸肉	

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。

