

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	砂糖	みそ	人参 玉ねぎ					
	中期	おかゆ 野菜の煮物 みそ汁										
	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	砂糖	みそ 豆腐	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										
	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		砂糖	かれい みそ	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										
	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	砂糖	鶏胸肉 みそ	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										
	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	砂糖	かれい みそ 豆腐	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										
	後期	硬がゆ 魚と野菜のみそ煮 すまし汁										
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					
	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										
12 月	初期	成人の日										
	中期											
	後期											
13 火	初期	つぶしがゆ 野菜ペースト スープ	米		砂糖	鶏胸肉 (卵)	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										
	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										
	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	砂糖	かれい	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										
	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		砂糖	鶏胸肉 みそ	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										
	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		鶏胸肉	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										

物資購入の都合上、献立を変更することがあります、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 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 コーン入りスープ	米	じゃが芋			人参 チンゲン菜 玉ねぎ キャベツ (コーン)
20	火	初期 つぶし野菜がゆ スープ 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	米 乾麺		砂糖	鶏胸肉 (ツナ)	人参 ほうれん草 玉ねぎ 小松菜
21	水	初期 つぶしがゆ 野菜ペースト スープ 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	米	じゃが芋	砂糖	かれい みそ 豆腐	人参 キャベツ 玉ねぎ
22	木	初期 つぶしがゆ 野菜ペースト スープ 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	米	じゃが芋		鶏胸肉	人参 キャベツ 玉ねぎ
23	金	初期 つぶしがゆ 野菜ペースト スープ 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 わかめ入りすまし汁	米	じゃが芋	砂糖	かれい みそ (わかめ)	人参 キャベツ 玉ねぎ
24	土	初期 つぶし野菜がゆ スープ 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	米				人参 キャベツ 玉ねぎ (もも缶)
26	月	初期 つぶしがゆ 野菜ペースト スープ 中期 おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 ポテトスープ 後期 硬がゆ 鶏肉と野菜の煮物 ポテトスープ	米	じゃが芋	砂糖	鶏胸肉	人参 玉ねぎ
27	火	初期 つぶしがゆ 野菜ペースト スープ 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	米	じゃが芋	砂糖	かれい みそ	人参 キャベツ 玉ねぎ かぶ
28	水	初期 つぶし野菜がゆ スープ 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 手づかみ用さつまい	米 乾麺	さつまい		鶏胸肉	人参 キャベツ 玉ねぎ 小松菜
29	木	初期 つぶしがゆ 野菜ペースト スープ 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	米	じゃが芋	砂糖	かれい みそ	人参 キャベツ 玉ねぎ 小松菜 かぼちゃ
30	金	初期 つぶしがゆ 野菜ペースト スープ 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	米	じゃが芋		鶏胸肉 みそ	人参 ほうれん草 玉ねぎ かぶ
31	土	初期 つぶし野菜がゆ スープ 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	米	じゃが芋		鶏胸肉	人参 ほうれん草 玉ねぎ (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、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。

