

12 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
1	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	小松菜スープ			砂糖	鶏胸肉 玉ねぎ 小松菜
		後期	硬がゆ	鶏肉と野菜の煮物	小松菜スープ				
2	火	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		チンゲン菜スープ			鶏胸肉	玉ねぎ チンゲン菜
		後期	煮込みうどん		チンゲン菜スープ 手づかみ用人参				
3	水	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	魚と野菜のみそ煮	すまし汁			砂糖	玉ねぎ 豆腐
		後期	硬がゆ	魚と野菜のみそ煮	すまし汁				みそ
4	木	初期	つぶしがゆ	野菜ペースト	スープ	米	じゃが芋		人参 白菜
		中期	おかゆ	鶏肉と野菜の煮物	白菜スープ			砂糖	鶏胸肉 玉ねぎ ほうれん草
		後期	硬がゆ	鶏肉と野菜の煮物	白菜スープ				
5	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	魚と野菜の煮物	みそ汁			砂糖	玉ねぎ 小松菜
		後期	硬がゆ	魚と野菜の煮物	みそ汁				
6	土	初期	つぶし野菜がゆ		スープ	米	じゃが芋		人参 キャベツ
		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 もも缶			(ツナ)	(もも缶)
8	月	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	豆腐と野菜の煮物	青菜スープ			砂糖	鶏胸肉 豆腐 玉ねぎ 小松菜
		後期	硬がゆ	豆腐と野菜の煮物	青菜スープ				
9	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	大根 白菜
		後期	硬がゆ	魚と野菜の煮物	みそ汁				
10	水	初期	つぶし野菜がゆ		スープ	米 乾麺	じゃが芋		人参 ほうれん草
		中期	煮込みうどん		オニオンスープ			鶏胸肉	玉ねぎ
		後期	煮込みうどん		オニオンスープ 手づかみ用じゃが芋				
11	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	鶏肉と野菜の煮物	すまし汁			砂糖	鶏胸肉 玉ねぎ チンゲン菜
		後期	硬がゆ	鶏肉と野菜の煮物	かきたま汁				(卵)
12	金	初期	つぶしがゆ	野菜ペースト	スープ	米	さつま芋		人参
		中期	おかゆ	魚と野菜の煮物	みそ汁			砂糖	玉ねぎ
		後期	硬がゆ	魚と野菜の煮物	みそ汁				
13	土	初期	つぶし野菜がゆ		スープ	米	じゃが芋		人参
		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 もも缶				(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
15	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	
		後期	硬がゆ	鶏肉と野菜の煮物	みそ汁			鶏胸肉 みそ	
16	火	初期	つぶしがゆ	野菜ペースト	スープ	米	さつま芋		人参 小松菜 大根
		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 豆腐	
17	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 白菜
		中期	おかゆ	鶏肉と野菜のケチャップ煮	白菜スープ				
		後期	硬がゆ	鶏肉と野菜のケチャップ煮	白菜スープ			鶏胸肉	
18	木	初期	つぶし野菜がゆ		スープ	米 乾麺	じゃが芋		人参 かぼちゃ 小松菜 白菜
		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			鶏胸肉 みそ	
19	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 チンゲン菜
		中期	おかゆ	魚と野菜の煮物	玉ねぎスープ			砂糖	
		後期	硬がゆ	魚と野菜の煮物	玉ねぎスープ			かれい	
20	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		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)	
22	月	初期	つぶしがゆ	野菜ペースト	スープ	米			人参 白菜 小松菜 かぼちゃ
		中期	おかゆ	鶏肉と野菜の煮物	みそ汁			砂糖	
		後期	硬がゆ	鶏肉と野菜の煮物	みそ汁			鶏胸肉 みそ	
23	火	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 大根
		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	
24	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	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	
25	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 チンゲン菜
		中期	おかゆ	野菜の煮物	キャベツスープ			砂糖	
		後期	硬がゆ	野菜の煮物	キャベツスープ				
26	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 ほうれん草
		中期	おかゆ	野菜の煮物	みそ汁			砂糖	
		後期	硬がゆ	ツナと野菜の煮物	みそ汁			みそ (ツナ)	
27	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)	

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。

