

令和7年1月分



## 離乳食献立表



枚方市立保育所

| 日付    | 完了期                                     |                                                                 | 中・後期                    |                                | 初期<br>昼食         |
|-------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------------------------|------------------|
|       | 昼食                                      | ◎午前おやつ・午後おやつ                                                    | 午前                      | 午後                             |                  |
| 4(土)  | 和風スパゲティー<br>豆腐のみそ汁                      | ◎スキムミルク又はお茶<br>おからスナック かぼちゃ味<br>牛乳<br>ミニ動物ビスケット<br>1歳からのサッポロポテト | かゆ<br>煮奴<br>みそ汁         | めんのくたくた煮                       | 10倍がゆ<br>野菜ののろろ煮 |
| 6(月)  | ごはん<br>洋風おでん<br>麩のみそ汁                   | ◎牛乳、全粒粉クラッカー<br>牛乳<br>たべっ子ベビーおやさい<br>アンパンマンのぶくっとコーンしお味          | かゆ<br>洋風おでん<br>みそ汁      | かゆ<br>煮魚<br>野菜スープ              | 10倍がゆ<br>野菜ののろろ煮 |
| 7(火)  | ごはん<br>豚肉のうま煮<br>豆腐のみそ汁                 | ◎牛乳、胚芽スティック<br>牛乳<br>菜かゆ<br>みかん                                 | かゆ<br>豚肉のうま煮<br>豆腐のみそ汁  | 菜かゆ<br>魚の野菜あんかけ<br>すまし汁<br>みかん | 10倍がゆ<br>豆腐ののろろ煮 |
| 8(水)  | ごはん<br>ホキの西京焼き<br>野菜のきんぴら<br>かき卵汁       | ◎牛乳、1歳からのかっぱえびせん<br>牛乳<br>チーズ蒸しパン                               | かゆ<br>魚のみそ煮<br>すまし汁     | かゆ<br>じゃがいものそぼろ煮<br>みそ汁        | 10倍がゆ<br>魚ののろろ煮  |
| 9(木)  | ごはん<br>鶏肉の旨煮<br>ブロッコリーのおかか炒め<br>豆腐のすまし汁 | ◎牛乳、ふわふわチップじゃがいも味<br>牛乳<br>ミニ野菜スティック<br>元気カリボテミニ                | かゆ<br>鶏肉の旨煮<br>豆腐のすまし汁  | かゆ<br>豆腐の野菜あんかけ<br>みそ汁         | 10倍がゆ<br>豆腐ののろろ煮 |
| 10(金) | 菜飯<br>鯖の漬焼き(柚子)<br>金時豆の甘煮<br>大根汁        | ◎牛乳、アンパンマンふんわりコーンやさしい塩味<br>ジョア<br>ひじきスティック<br>ねじりん棒             | かゆ<br>煮魚<br>大根汁         | かゆ<br>煮奴<br>すまし汁               | 10倍がゆ<br>魚ののろろ煮  |
| 11(土) | チャンポン麺<br>ツナじゃが                         | ◎牛乳、おからスナック かぼちゃ味<br>牛乳<br>かぼちゃポーロ<br>えびスナック                    | かゆ<br>豚肉と野菜の旨煮<br>すまし汁  | めんのくたくた煮                       | 10倍がゆ<br>野菜ののろろ煮 |
| 14(火) | ごはん<br>卵焼き<br>ひじきの炒め煮<br>さつまいもの味噌汁      | ◎牛乳、胚芽スティック<br>牛乳<br>おとし揚げ                                      | かゆ<br>あんかけ豆腐<br>みそ汁     | かゆ<br>魚のクリーム煮<br>野菜スープ         | 10倍がゆ<br>豆腐ののろろ煮 |
| 15(水) | ごはん<br>鮭の塩焼き、紅白煮<br>豆腐のみそ汁<br>ささみのふりかけ  | ◎牛乳、1歳からのかっぱえびせん<br>牛乳<br>小倉トースト<br>みかん                         | かゆ<br>魚のみぞれ煮<br>豆腐のみそ汁  | かゆ<br>炒り豆腐<br>すまし汁<br>みかん      | 10倍がゆ<br>魚ののろろ煮  |
| 16(木) | ごはん<br>豚肉の焼肉風<br>豆腐のすまし汁                | ◎牛乳、ふわふわチップじゃがいも味<br>牛乳<br>マリー<br>星たべよ                          | かゆ<br>豚肉のみそ煮<br>豆腐のすまし汁 | かゆ<br>魚の野菜あんかけ<br>みそ汁          | 10倍がゆ<br>野菜ののろろ煮 |
| 17(金) | ドッグパン<br>煮魚<br>キャベツのソテー<br>コーンスープ       | ◎牛乳、アンパンマンふんわりコーンやさしい塩味<br>牛乳<br>きな粉ウエハース<br>満月ボン、りんご           | かゆ<br>煮魚<br>コーンスープ      | かゆ<br>じゃがいものそぼろ煮<br>みそ汁<br>りんご | 10倍がゆ<br>魚ののろろ煮  |
| 18(土) | 和風スパゲティー<br>豆腐のみそ汁                      | ◎牛乳、おからスナック かぼちゃ味<br>牛乳<br>たべっ子ベビーおやさい<br>1歳からのサッポロポテト          | かゆ<br>煮奴<br>みそ汁         | めんのくたくた煮                       | 10倍がゆ<br>豆腐ののろろ煮 |

令和7年1月分



## 離乳食献立表



枚方市立保育所

| 日付    | 完了期                                      |                                                                | 中・後期                         |                                 | 初期                |
|-------|------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|------------------------------|---------------------------------|-------------------|
|       | 昼食                                       | ◎午前おやつ・午後おやつ                                                   | 午前                           | 午後                              | 昼食                |
| 20(月) | ごはん<br>マーボー大根<br>豆腐のすまし汁                 | ◎牛乳、全粒粉クラッカー<br>牛乳<br>野菜チップス<br>国産いよかんゼリー                      | かゆ<br>マーボー大根<br>豆腐のすまし汁      | かゆ<br>煮魚<br>みそ汁                 | 10倍がゆ<br>豆腐のとろとろ煮 |
| 21(火) | ごはん<br>鯖の照焼き<br>白菜の煮浸し<br>豚汁             | ◎牛乳、胚芽スティック<br>牛乳<br>長芋グラタン                                    | かゆ<br>魚の野菜あんかけ<br>豚汁         | かゆ<br>煮奴<br>さつまいもスープ            | 10倍がゆ<br>魚のとろとろ煮  |
| 22(水) | ごはん<br>鶏肉の西京焼き<br>野菜のきんぴら<br>かき卵汁        | ◎牛乳、1歳からのかっぱえびせん<br>牛乳、まあるいクラッカー<br>とうもろこしでつくったパフスナック塩味<br>りんご | かゆ<br>鶏肉のみそ煮<br>豆腐のすまし汁      | かゆ<br>魚の野菜あんかけ<br>みそ汁<br>りんご    | 10倍がゆ<br>豆腐のとろとろ煮 |
| 23(木) | ごはん<br>魚のみぞれ煮<br>煮豆<br>じゃがいものみそ汁         | ◎牛乳、ふわふわチップじゃがいも味<br>牛乳<br>ミニ野菜スティック<br>元気カリボテミニ               | かゆ<br>魚のみぞれ煮<br>みそ汁          | かゆ<br>ツナと野菜のうま煮<br>すまし汁         | 10倍がゆ<br>魚のとろとろ煮  |
| 24(金) | ごはん<br>ビビンバ風炒め物<br>わかめスープ                | ◎牛乳、アンパンマンふんわりコーンやさしい塩味<br>牛乳<br>人参蒸しパン                        | かゆ<br>野菜のそぼろ煮<br>豆腐のスープ      | かゆ<br>豆腐の野菜あんかけ<br>みそ汁          | 10倍がゆ<br>豆腐のとろとろ煮 |
| 25(土) | チャンボン麺<br>ツナじゃが                          | ◎牛乳、おからスナック かぼちゃ味<br>牛乳<br>かぼちゃポーロ<br>えびスナック                   | かゆ<br>豚肉と野菜の旨煮<br>すまし汁       | めんのかたくた煮                        | 10倍がゆ<br>野菜のとろとろ煮 |
| 27(月) | ドッグパン<br>ポークケチャップ<br>豆のクリームスープ           | ◎牛乳、全粒粉クラッカー<br>牛乳<br>焼きおにぎり                                   | かゆ<br>豚肉のケチャップ煮<br>豆のクリームスープ | かゆ<br>煮魚<br>みそ汁                 | 10倍がゆ<br>野菜のとろとろ煮 |
| 28(火) | ごはん<br>筑前煮<br>白菜のみそ汁<br>じゃこのやわらか煮        | ◎牛乳、胚芽スティック<br>牛乳、元気水族館のなかまたち<br>アンパンマンのぶくっとコーン しお味<br>ハイ！チーズ  | かゆ<br>鶏肉と野菜の煮物<br>白菜のみそ汁     | かゆ<br>魚の野菜あんかけ<br>すまし汁          | 10倍がゆ<br>野菜のとろとろ煮 |
| 29(水) | 中華おこわ<br>ほっけの塩焼き<br>大根のそぼろ煮<br>豆腐のみそ汁    | ◎牛乳、1歳からのかっぱえびせん<br>牛乳<br>レモンケーキ                               | かゆ<br>魚のみぞれ煮<br>豆腐のみそ汁       | かゆ<br>煮奴<br>南瓜スープ               | 10倍がゆ<br>魚のとろとろ煮  |
| 30(木) | ごはん<br>手羽中の煮物<br>チンゲンサイのおかか炒め<br>豆腐のすまし汁 | ◎牛乳、ふわふわチップじゃがいも味<br>牛乳<br>マリー<br>星たべよ                         | かゆ<br>鶏肉と野菜の煮物<br>すまし汁       | かゆ<br>魚の野菜あんかけ<br>みそ汁           | 10倍がゆ<br>豆腐のとろとろ煮 |
| 31(金) | ごはん<br>魚のみそ煮<br>キャベツのソテー<br>スープ煮         | ◎牛乳、アンパンマンふんわりコーンやさしい塩味<br>牛乳<br>麩のラスク<br>みかん                  | かゆ<br>魚のみそ煮<br>ポテトスープ        | かゆ<br>ツナと野菜のうま煮<br>麩のみそ汁<br>みかん | 10倍がゆ<br>魚のとろとろ煮  |

※ 粉ミルクは別に用意しています ※材料の都合により、献立を変更することがあります

初 期 つぶしがゆを主として、野菜等はかたまりのない滑らかなトロトロ状

中 期 おかゆを主として、おかずは舌で楽につぶせるベタベタ状からあらつぶし

後 期 おかゆ又は軟らかめのご飯を主として、おかずは歯茎で楽につぶせる軟らかさ

完了期 軟らかめのご飯を主として、おかずは歯茎で噛める軟らかさ

午前・午後のおやつは、子どもの食べやすさに応じて調整します

&lt;注意しましょう！&gt;

はちみつは、乳児ボツリヌス症予防のために満1歳までは使わないでください  
乳児ボツリヌス症は、乳児の腸内細菌叢が成人と異なるために起こる疾病です