

令和8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                         |                   |
| 5(月)  | ごはん<br>洋風おでん<br>麩のみそ汁                   | ◎スキムミルク又はお茶、畑のクラッカー<br>牛乳<br>たべっ子ベイビーおやさい<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>麩のみそ汁           | かゆ<br>煮魚<br>野菜スープ          | 10倍がゆ<br>野菜のとろとろ煮 |
| 6(火)  | 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、ふわふわチップにんじん味<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>じやがいものそぼろ煮<br>みそ汁    | 10倍がゆ<br>魚のとろとろ煮  |
| 7(水)  | ごはん<br>豚肉のうま煮<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>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>炒り豆腐<br>すまし汁<br>みかん | 10倍がゆ<br>豆腐のとろとろ煮 |
| 8(木)  | ごはん<br>鶏肉の旨煮<br>プロッコリーのおかか炒め<br>豆腐のすまし汁 | ◎牛乳、胚芽スティック<br>牛乳<br>ミニ野菜スティック<br>元気カリポテミニ                     | 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>豆腐のとろとろ煮 |
| 9(金)  | 菜飯<br>鰯の漬焼き（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>ミルクスティック<br>ねじりん棒            | かゆ<br>煮魚<br>大根汁                | 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  |
| 10(土) | 和風スパゲティー<br>豆腐のみそ汁                      | ◎牛乳、おこめせんにんじん&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>豆腐のとろとろ煮 |
| 13(火) | ごはん<br>中華豆腐<br>春雨スープ                    | ◎牛乳、ふわふわチップにんじん味<br>牛乳<br>元気水族館のなかまたち<br>ミニのりのり揚げもち、バナナ        | かゆ<br>中華豆腐<br>野菜スープ            | かゆ<br>煮魚<br>みそ汁<br>バナナ     | 10倍がゆ<br>豆腐のとろとろ煮 |
| 14(水) | ごはん<br>筑前煮<br>白菜のみそ汁<br>じゅこのやわらか煮       | ◎牛乳、1歳からのかっぱえびせん<br>牛乳<br>小倉トースト                               | かゆ<br>鶏肉と野菜の煮物<br>白菜のみそ汁       | かゆ<br>魚のクリーム煮<br>野菜スープ     | 10倍がゆ<br>野菜のとろとろ煮 |
| 15(木) | ごはん<br>鮭の塩焼き<br>紅白煮<br>豆腐のみそ汁           | ◎牛乳、胚芽スティック<br>牛乳<br>マリー<br>星たべよ                               | 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         | 10倍がゆ<br>魚のとろとろ煮  |
| 16(金) | ドッグパン<br>かぶのクリームスープ<br>ミートマカロニ          | ◎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>満月ポン、りんご          | かゆ<br>かぶのクリームスープ<br>じゃがいものトマト煮 | かゆ<br>魚のみぞ煮<br>すまし汁<br>りんご | 10倍がゆ<br>野菜のとろとろ煮 |
| 17(土) | チャンポン麺<br>ツナじゃが                         | ◎牛乳、おこめせんにんじん&かぼちゃ味<br>牛乳<br>豆乳クッキー<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>野菜のとろとろ煮 |
| 19(月) | ごはん<br>マーぼー大根<br>豆腐のすまし汁                | ◎牛乳、畑のクラッカー<br>牛乳<br>アメリカンドッグ<br>みかん                           | かゆ<br>マーぼー大根<br>豆腐のすまし汁        | かゆ<br>煮魚<br>みそ汁<br>みかん     | 10倍がゆ<br>豆腐のとろとろ煮 |



| 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                              |                   |
| 20(火) | ごはん<br>鰯の照焼き<br>白菜の煮浸し<br>じゃがいものみそ汁              | ◎牛乳、ふわふわチップにんじん味<br>牛乳<br>長芋グラタン                                   | かゆ<br>魚の野菜あんかけ<br>みそ汁        | かゆ<br>煮奴<br>ポテトスープ              | 10倍かゆ<br>魚のとろとろ煮  |
| 21(水) | ごはん<br>卵焼き<br>ひじきの炒め煮<br>豆腐の味噌汁                  | ◎牛乳、1歳からのかっぱえびせん<br>牛乳、まるいクラッカー<br>とうもろこしつくったパフスナック塩味<br>りんご       | かゆ<br>あんかけ豆腐<br>みそ汁          | かゆ<br>魚のみぞ煮<br>すまし汁<br>りんご      | 10倍かゆ<br>豆腐のとろとろ煮 |
| 22(木) | ごはん<br>魚のみぞれかけ<br>野菜のきんぴら<br>豚汁                  | ◎牛乳、胚芽スティック<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>豚汁           | かゆ<br>ツナと野菜のうま煮<br>すまし汁         | 10倍かゆ<br>魚のとろとろ煮  |
| 23(金) | ごはん<br>鶏肉のバーベキューソース焼き<br>プロッコリーのおかか炒め<br>豆腐のすまし汁 | ◎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>ほうれん草蒸しパン                         | かゆ<br>鶏肉と野菜のうま煮<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倍かゆ<br>豆腐のとろとろ煮 |
| 24(土) | 和風スパゲティー<br>豆腐のみそ汁                               | ◎牛乳、おこめせんにんじん&かぼちゃ味<br>牛乳<br>たべっ子ベイビーおやさい<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倍かゆ<br>豆腐のとろとろ煮 |
| 26(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、畑のクラッカー<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>魚の野菜あんかけ<br>みそ汁           | 10倍かゆ<br>野菜のとろとろ煮 |
| 27(火) | ごはん<br>手羽中の煮物<br>ほうれん草の炒め煮<br>豆腐のすまし汁            | ◎牛乳、ふわふわチップにんじん味<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>豆腐のすまし汁    | かゆ<br>ツナと野菜のうま煮<br>みそ汁          | 10倍かゆ<br>豆腐のとろとろ煮 |
| 28(水) | ごはん<br>ほっけの塩焼き<br>切干大根のやわらか煮<br>豆腐のみぞ汁、牛ひじきそぼろ   | ◎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>煮魚<br>豆腐のみぞ汁           | かゆ<br>炒り豆腐<br>すまし汁              | 10倍かゆ<br>魚のとろとろ煮  |
| 29(木) | ごはん<br>豚肉の焼肉風<br>豆腐のすまし汁                         | ◎牛乳、胚芽スティック<br>牛乳<br>マリー<br>星たべよ                                   | かゆ<br>豚肉のみぞ煮<br>豆腐のすまし汁      | かゆ<br>魚の野菜あんかけ<br>みそ汁           | 10倍かゆ<br>豆腐のとろとろ煮 |
| 30(金) | ごはん<br>魚のみぞ煮<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>魚のみぞ煮<br>ポテトスープ        | かゆ<br>ツナと野菜のうま煮<br>麩のみぞ汁<br>みかん | 10倍かゆ<br>魚のとろとろ煮  |
| 31(土) | チャンポン麺<br>ツナじゃが                                  | ◎牛乳、おこめせんにんじん&かぼちゃ味<br>牛乳<br>かぼちゃボーロ<br>まるいクラッカーミニ                 | 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倍かゆ<br>野菜のとろとろ煮 |

※ 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、おかずは舌で樂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、おかずは歯茎で樂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

