

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
	昼食	◎午前おやつ・午後おやつ	午前	午後	昼食
5(月)	ごはん 洋風おでん 麩のみそ汁	◎スキムミルク又はお茶、畑のクラッカー 牛乳 たべっ子ベビーおやさい アンパンマンのぶくっとコーンしお味	かゆ 洋風おでん 麩のみそ汁	かゆ 煮魚 野菜スープ	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
6(火)	ごはん ホキの西京焼き 野菜のきんぴら かき卵汁	◎牛乳、ふわふわチップにんじん味 牛乳 チーズ蒸しパン	かゆ 魚のみそ煮 すまし汁	かゆ じゃがいものそぼろ煮 みそ汁	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
7(水)	ごはん 豚肉のうま煮 豆腐のみそ汁	◎牛乳、1歳からのかっぱえびせん 牛乳 菜かゆ みかん	かゆ 豚肉のうま煮 豆腐のみそ汁	菜かゆ 炒り豆腐 すまし汁 みかん	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
8(木)	ごはん 鶏肉の旨煮 ブロッコリーのおかか炒め 豆腐のすまし汁	◎牛乳、胚芽スティック 牛乳 ミニ野菜スティック 元氣カリポテミニ	かゆ 鶏肉の旨煮 豆腐のすまし汁	かゆ 豆腐の野菜あんかけ みそ汁	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
9(金)	菜飯 鯖の漬焼き（柚子） 金時豆の甘煮 大根汁	◎牛乳、アンパンマンふんわりコーンやさしい塩味 ジョア ミルクスティック ねじりん棒	かゆ 煮魚 大根汁	かゆ ツナと野菜のうま煮 すまし汁	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
10(土)	和風スパゲティー 豆腐のみそ汁	◎牛乳、おこめせんにんじん&かぼちゃ味 牛乳 ミニ動物ビスケット 1歳からのサッポロポテト	かゆ 煮奴 みそ汁	めんのくたくた煮	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
13(火)	ごはん 中華豆腐 春雨スープ	◎牛乳、ふわふわチップにんじん味 牛乳 元氣水族館のなかまたち ミニのりのり揚げもち、バナナ	かゆ 中華豆腐 野菜スープ	かゆ 煮魚 みそ汁 バナナ	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮
14(水)	ごはん 筑前煮 白菜のみそ汁 じゃこのやわらか煮	◎牛乳、1歳からのかっぱえびせん 牛乳 小倉トースト	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 白菜のみそ汁	かゆ 魚のクリーム煮 野菜スープ	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
15(木)	ごはん 鮭の塩焼き 紅白煮 豆腐のみそ汁	◎牛乳、胚芽スティック 牛乳 マリー 星たべよ	かゆ 魚のみぞれ煮 豆腐のみそ汁	かゆ 炒り豆腐 すまし汁	10倍がゆ 魚のとろとろ煮
16(金)	ドッグパン かぶのクリームスープ 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 牛乳 きな粉ウエハース 満月ボン、りんご	かゆ かぶのクリームスープ じゃがいものトマト煮	かゆ 魚のみそ煮 すまし汁 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
17(土)	チャンボン麺 ツナじゃが	◎牛乳、おこめせんにんじん&かぼちゃ味 牛乳 豆乳クッキー えびスナック	かゆ 豚肉と野菜の旨煮 すまし汁	めんのくたくた煮	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮
19(月)	ごはん マーボー大根 豆腐のすまし汁	◎牛乳、畑のクラッカー 牛乳 アメリカンドッグ みかん	かゆ マーボー大根 豆腐のすまし汁	かゆ 煮魚 みそ汁 みかん	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮



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(火)	ごはん 鯖の照焼き 白菜の煮浸し じゃがいものみそ汁	◎牛乳、ふわふわチップにんじん味 牛乳 長芋グラタン	かゆ 魚の野菜あんかけ みそ汁	かゆ 煮奴 ポテトスープ	10倍がゆ 魚ののろろ煮
21(水)	ごはん 卵焼き ひじきの炒め煮 豆腐の味噌汁	◎牛乳、1歳からのかっぱえびせん 牛乳、まあるいクラッカー とうもろこしでつくったパフスナック塩味 りんご	かゆ あんかけ豆腐 みそ汁	かゆ 魚のみそ煮 すまし汁 りんご	10倍がゆ 豆腐ののろろ煮
22(木)	ごはん 魚のみぞれがけ 野菜のきんぴら 豚汁	◎牛乳、胚芽スティック 牛乳 ミニ野菜スティック 元氣カリポテミニ	かゆ 魚のみぞれ煮 豚汁	かゆ ツナと野菜のうま煮 すまし汁	10倍がゆ 魚ののろろ煮
23(金)	ごはん 鶏肉のバーベキューソース焼き ブロッコリーのおかか炒め 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 牛乳 ほうれん草蒸しパン	かゆ 鶏肉と野菜のうま煮 豆腐のすまし汁	かゆ 豆腐の野菜あんかけ みそ汁	10倍がゆ 豆腐ののろろ煮
24(土)	和風スパゲティー 豆腐のみそ汁	◎牛乳、おこめせんにんじん&かぼちゃ味 牛乳 たべっ子ベイベーおやさい 1歳からのサッポロポテト	かゆ 煮奴 みそ汁	めんのくたくた煮	10倍がゆ 豆腐ののろろ煮
26(月)	ドッグパン ポーケケチャップ 豆のクリームスープ	◎牛乳、畑のクラッカー 牛乳 焼きおにぎり	かゆ 豚肉のケチャップ煮 豆のクリームスープ	かゆ 魚の野菜あんかけ みそ汁	10倍がゆ 野菜ののろろ煮
27(火)	ごはん 手羽中の煮物 ほうれん草の炒め煮 豆腐のすまし汁	◎牛乳、ふわふわチップにんじん味 牛乳、元氣水族館のなかまたち アンパンマンのぶくっとコーン しお味 ハイ！チーズ	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 豆腐のすまし汁	かゆ ツナと野菜のうま煮 みそ汁	10倍がゆ 豆腐ののろろ煮
28(水)	ごはん ほっけの塩焼き 切干大根のやわらか煮 豆腐のみそ汁、牛ひじきそぼろ	◎牛乳、1歳からのかっぱえびせん 牛乳 レモンケーキ	かゆ 煮魚 豆腐のみそ汁	かゆ 炒り豆腐 すまし汁	10倍がゆ 魚ののろろ煮
29(木)	ごはん 豚肉の焼肉風 豆腐のすまし汁	◎牛乳、胚芽スティック 牛乳 マリー 星たべよ	かゆ 豚肉のみそ煮 豆腐のすまし汁	かゆ 魚の野菜あんかけ みそ汁	10倍がゆ 豆腐ののろろ煮
30(金)	ごはん 魚のみそ煮 キャベツのソテー 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 牛乳 麩のラスク みかん	かゆ 魚のみそ煮 ポテトスープ	かゆ ツナと野菜のうま煮 麩のみそ汁 みかん	10倍がゆ 魚ののろろ煮
31(土)	チャンポン麺 ツナじゃが	◎牛乳、おこめせんにんじん&かぼちゃ味 牛乳 かぼちゃポーロ まあるいクラッカーミニ	かゆ 豚肉と野菜の旨煮 すまし汁	めんのくたくた煮	10倍がゆ 野菜ののろろ煮

※ 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バ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

