

古川保育園献立表

令和7年10月7日(火)

令和7年10月21日(火)

※離乳後期に乳児食から取り分けて使用する場合味付けは薄く硬さは軟らかめにしています。

※離乳完了期の主菜・副菜・おやつ分量については乳児食の8割からを目安としています。

	離乳初期	離乳中期	離乳後期	離乳完了期
	生後5~6か月頃	生後7~8か月頃	生後9~11か月頃	生後12~18か月頃
離乳食献立	つぶしがゆ 5~50 白身魚のペースト 5~15 ほうれん草のペースト 5~20 うすい味噌汁(汁のみ)~50 ミルク180~160	おかゆ 50~80 白身魚の薄く煮つぶし 15~30 ほうれん草の軟らか煮つぶし 15~30 味噌汁(汁のみ)50~80 ミルク160~100	おかゆ80 白身魚の薄く煮粗ほぐし 20~30 ほうれん草のおひたし(除もやし) 15~25 味噌汁(かぼちゃ)80~100 ミルク100~60	軟飯80 魚のしぐれ煮 ほうれん草のおひたし 味噌汁 梨(加熱)
食材	だしは、昆布です。 とろみ付けにかたくり粉を使うことがあります。 しょう油等は、使いません。	だしは、かつお、昆布を使います。 とろみ付けにかたくり粉等使うことがあります。 調味料はしょうゆを少量使うことがあります。	だしは、かつお、昆布を使います。 とろみ付けにかたくり粉等使うことがあります。	軟飯は、はいが精米を使うことがあります。 他の献立は、下記の献立表と同じです。

昼食献立名	献立名	材料名	1人当り数量	
			幼児食	乳児食
ごはん 魚のしぐれ煮 ほうれん草のおひたし 味噌汁 梨	ごはん	はいが精米	48.00	38.00
	魚のしぐれ煮	鯖	45.00	35.00
		生姜汁	0.36	0.29
		砂糖	1.44	1.17
		しょう油	1.64	1.31
		みりん	0.79	0.63
		だし汁	18.40	14.72
	ほうれん草のおひたし	ほうれん草	34.72	27.78
		もやし	10.31	8.25
		しょう油	1.25	1.00
		花かつお	0.63	0.50
	味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ)	かぼちゃ	33.33	27.78
		玉ねぎ	21.28	15.96
		だし汁	130.00	110.00
	味噌	4.80	4.00	
	梨	41.18	41.18	