

夢見ヶ崎保育園献立表 令和7年10月1日(水)

※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<br>絹豆腐のペースト 5～25<br>ブロッコリーのペースト 5～20<br>うすい味噌汁(汁のみ)～50<br>ミルク180～160 | おかゆ 50～80<br>絹豆腐の薄くず煮つぶし 25～40<br>ブロッコリーの軟らか煮つぶし 15～30<br>味噌汁(汁のみ)50～80<br>ミルク160～100 | おかゆ90<br>絹豆腐の薄くず煮 30～50<br>ブロッコリーのおかか和え 15～25<br>味噌汁(里芋)80～100<br>ミルク100～60 | 軟飯80<br>ポークビーンズ<br>ブロッコリーのおかか和え<br>味噌汁<br>梨(加熱) |
| 食材    | だしは、昆布です。<br>とろみ付けにかたくり粉を使うことがあります。<br>しょう油等は、使いません。                            | だしは、かつお、昆布を使います。<br>とろみ付けにかたくり粉等使うことがあります。<br>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。<br>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。<br>他の献立は、下記の献立表と同じです。      |

|                                            |              |        | 1人当り数量 |        |
|--------------------------------------------|--------------|--------|--------|--------|
| 昼食献立名                                      | 献立名          | 材料名    | 幼児     | 乳児     |
| ごはん<br>ポークビーンズ<br>ブロッコリーのおかか和え<br>味噌汁<br>梨 | ごはん          | はいが精米  | 48.00  | 38.00  |
|                                            | ポークビーンズ      | 大豆水煮   | 28.80  | 23.00  |
|                                            |              | 豚もも肉   | 18.80  | 15.00  |
|                                            |              | 人参     | 16.67  | 13.33  |
|                                            |              | 玉ねぎ    | 26.60  | 21.28  |
|                                            |              | 油      | 1.50   | 1.20   |
|                                            |              | 水      | 0.00   | 0.00   |
|                                            |              | ケチャップ  | 6.10   | 4.90   |
|                                            |              | 砂糖     | 0.63   | 0.50   |
|                                            |              | 塩      | 0.05   | 0.04   |
|                                            |              | こしょう   | 0.00   | 0.00   |
|                                            | ブロッコリーのおかか和え | ブロッコリー | 62.50  | 50.00  |
|                                            |              | 花かつお   | 0.63   | 0.50   |
|                                            |              | しょう油   | 1.25   | 1.00   |
|                                            | 味噌汁(里芋・小松菜)  | 里芋     | 29.41  | 23.53  |
|                                            |              | 小松菜    | 14.12  | 11.76  |
|                                            |              | だし汁    | 130.00 | 110.00 |
| 梨                                          |              | 味噌     | 4.80   | 4.00   |
|                                            |              | 梨      | 41.18  | 41.18  |
|                                            |              |        |        |        |
|                                            |              |        |        |        |
|                                            |              |        |        |        |

夢見ヶ崎保育園献立表 令和7年10月16日(木)

※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 | パンがゆ(食パン) 5～50<br>白身魚のペースト 5～15<br>キャベツのペースト 5～20<br>うすい野菜汁(汁のみ)～50<br>ミルク180～160 | パンがゆ(食パン) 50～80<br>白身魚の薄く煮つぶし 15～30<br>キャベツの軟らか煮つぶし 15～30<br>野菜汁(汁のみ)50～80<br>ミルク160～100 | ロールパン 20～30<br>白身魚の薄く煮粗ほぐし 20～30<br>キャベツの軟らか煮15～25<br><br>野菜汁(人参・玉ねぎ)80～100<br>ミルク100～60 | ロールパン 30～35<br>魚のグラタン<br>サワークラフト<br>野菜汁(人参・玉ねぎ)                       |
| 食材    | パンがゆは、粉ミルクを使います。<br>だしは、昆布です。<br>とろみ付けにかたく粉を使うことがあります。<br>調味料は、使いません。             | パンがゆは、粉ミルクを使用します。<br>だしは、かつお、昆布を使います。<br>とろみ付けにかたく粉を使うことがあります。<br>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。<br>とろみ付けにかたく粉を使うことがあります。<br>調味料はしょうゆ、塩を少量使うことがあります。                     | ロールパン、魚のグラタン<br>サワークラウトは、下記の献立表と同じです。<br>野菜汁は、だし(かつお、昆布)、しょう油、塩を使います。 |

|                                       |         |        | 1人当り数量 |        |
|---------------------------------------|---------|--------|--------|--------|
| 昼食献立名                                 | 献立名     | 材料名    | 幼児     | 乳児     |
| ロールパン<br>魚のグラタン<br>サワークラウト<br>牛乳<br>柿 | ロールパン   | ロールパン  | 50.00  | 35.00  |
|                                       | 魚のグラタン  | めかじき   | 31.25  | 25.00  |
|                                       |         | 塩      | 0.25   | 0.20   |
|                                       |         | こしょう   | 0.00   | 0.00   |
|                                       |         | 玉ねぎ    | 19.95  | 15.96  |
|                                       |         | 生しいたけ  | 7.81   | 6.25   |
|                                       |         | 油      | 1.25   | 1.00   |
|                                       |         | バター    | 5.00   | 4.00   |
|                                       |         | 小麦粉    | 7.50   | 6.00   |
|                                       |         | スキムミルク | 3.75   | 3.00   |
|                                       |         | 水      | 43.75  | 35.00  |
|                                       |         | コンソメ   | 0.05   | 0.04   |
|                                       |         | パン粉    | 1.00   | 0.80   |
|                                       |         | 粉チーズ   | 1.00   | 0.80   |
|                                       |         | パセリ    | 0.42   | 0.33   |
|                                       | サワークラフト | キャベツ   | 52.94  | 42.35  |
|                                       |         | 人参     | 3.48   | 2.78   |
|                                       |         | 砂糖     | 1.38   | 1.10   |
|                                       |         | 酢      | 1.80   | 1.44   |
|                                       |         | 塩      | 0.10   | 0.08   |
| 牛乳                                    |         | 牛乳     | 160.00 | 100.00 |
| 柿                                     |         | 柿      | 32.97  | 32.97  |
|                                       |         |        |        |        |
|                                       |         |        |        |        |
|                                       |         |        |        |        |