古川保育園献立表　　令和８年12月8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・おやつの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 人参のペースト　5～20 うすい味噌汁(汁のみ)～50 ミルク180～160	おかゆ　50～80 白身魚の薄くず煮つぶし　15～30 人参の軟らか煮つぶし　15～30 味噌汁(汁のみ)50～80 ミルク160～100	おかゆ　90 白身魚の薄くず煮粗ほぐし　20～30 人参の軟らか煮　20～30 味噌汁(生わかめ)80～100 ミルク100～60	軟飯　90 煮魚 和風スパゲティサラダ 味噌汁
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。 調味料は、しょう油、塩を少量 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を 使うことがあります。 調味料は、しょう油、塩を少量 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を 使うことがあります。 調味料はしょう油、塩を少量 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。 他の食材と調味料は下記の献立表 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 煮魚 和風スパゲッティサラダ 味噌汁	ごはん	はいが精米	50.00	40.00
	煮魚	鯖	50.00	40.00
		だし汁	23.00	18.00
		砂糖	1.44	1.15
		しょう油	2.53	2.02
		みりん	1.44	1.15
	和風スパゲティサラダ	スパゲティ	6.60	5.28
		キャベツ	15.29	12.24
		人参	6.11	4.89
		きゅうり	8.98	7.18
		酢	1.30	1.04
		砂糖	1.30	1.04
		味噌	2.80	2.24
		胡麻油	0.44	0.35
	味噌汁(じゃが芋・生わかめ)	じゃが芋	38.89	33.33
		生わかめ	4.00	3.00
		だし汁	130.00	110.00
		味噌	4.30	3.60

古川保育園献立表　　令和８年12月22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・おやつの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 かぼちゃのペースト　5～20 うすい清汁(汁のみ)～50 ミルク180～160	おかゆ　50～80 白身魚の薄くず煮つぶし　15～30 かぼちゃの軟らか煮つぶし　15～30 清汁(汁のみ)50～80 ミルク160～100	おかゆ　90 白身魚の薄くず煮粗ほぐし　20～30 かぼちゃの軟らか煮　20～30 清汁(生わかめ)80～100 ミルク100～60	軟飯　90 魚の柚子味噌焼き かぼちゃの含め煮 ほうれん草のおひたし 清汁(除えのきたけ)
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。 調味料は、しょう油、塩を少量 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を 使うことがあります。 調味料は、しょう油、塩を少量 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を 使うことがあります。 調味料はしょう油、塩を少量 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。 清汁はえのきたけを除きます。 他の食材と調味料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 魚の柚子味噌焼き かぼちゃの含め煮 ほうれん草のおひたし 清汁	ごはん	はいが精米	50.00	40.00
	魚の柚子味噌焼き	ぶり	50.00	40.00
		ゆず(果汁使用量×0.25)	4.52	3.60
		味噌	1.75	1.40
		砂糖	1.25	1.00
		しょう油	0.50	0.40
		みりん	1.13	0.90
		油	0.56	0.45
	かぼちゃの含め煮	かぼちゃ	44.44	35.56
		だし汁	7.20	5.76
		砂糖	0.96	0.77
		しょう油	0.72	0.58
	ほうれん草のおひたし	ほうれん草	20.83	16.67
		もやし	6.19	4.95
		しょう油	0.75	0.60
		花かつお	0.38	0.30
	清汁(わかめ・人参・えのきたけ)	生わかめ	3.00	2.00
		人参	11.11	8.89
		えのきたけ	11.76	9.41
		だし汁	130.00	110.00
		塩	0.45	0.38
		しょう油	0.57	0.49