

令和6年 1月 離乳食献立表（午後食）

本郷ゆうし保育園

日	曜	9～11ヶ月頃 (後期)	12～15ヶ月頃 (完了期)	16ヶ月頃～ (乳児食)
4 18	木	かたがゆ 玉ねぎのみそ汁 鮭と里芋の煮物 大根の煮物	きなこおにぎり 玉ねぎのみそ汁 鮭と野菜の煮物	4日；鮭と青菜のおにぎり 18日；きなこ揚げパン
5 19	金	かたがゆ キャベツのスープ 鶏肉とかぶの煮物 ブロッコリーの煮物	ゆかりおにぎり キャベツのスープ 鶏肉と野菜の煮物	5日；七草がゆ 19日；鮭茶漬
6 20	土	かたがゆ ねぎのすまし汁 ツナとさつま芋の煮物 人参の煮物	ワカメおにぎり ねぎのすまし汁 ツナと野菜の煮物	ココアクリームサンド
9 22	火月	かたがゆ 白菜のスープ 豆腐のおかか煮 人参とブロッコリーの煮物	昆布おにぎり 白菜のスープ 豆腐と野菜のおかか煮	黒糖さつま芋蒸しパン
23	火	かたがゆ あさつきのみそ汁 鮭とじゃが芋の煮物 キャベツの和え物	青のりおにぎり あさつきのみそ汁 鮭と野菜の和え物	きざみいなりおにぎり
10 24	水	かたがゆ チンゲン菜のみそ汁 しらすとかぼちゃの煮物 大根の煮物	すりごまおにぎり チンゲン菜のみそ汁 しらすと野菜の煮物	お好みマカロニ
11 25	木	かたがゆ キャベツのスープ 豚肉と人参の煮物 里芋の磯辺煮	きなこおにぎり キャベツのスープ 豚肉と野菜の磯辺煮	スノーボール
12 26	金	かたがゆ あさつきのすまし汁 豆腐の煮物 青菜とさつま芋の煮物	おかかおにぎり あさつきのすまし汁 豆腐と野菜の煮物	フルーツヨーグルト (豆乳ヨーグルト使用)
13 27	土	かたがゆ 白菜のみそ汁 しらすと人参の煮物 大根の煮物	ゆかりおにぎり 白菜のみそ汁 しらすと野菜の煮物	ゆかりとしらすのおにぎり
15 29	月	かたがゆ 玉ねぎのスープ 豚肉とかぼちゃの煮物 カリフラワーの煮物	梅おにぎり 玉ねぎのスープ 豚肉と野菜の煮物	梅おかかトースト
16 30	火	かたがゆ ねぎのみそ汁 白身魚の煮物 人参とさつま芋の煮物	昆布おにぎり ねぎのみそ汁 白身魚と野菜の煮物	おからナゲット
17 31	水	かたがゆ チンゲン菜のすまし汁 ツナと人参の煮物 じゃが芋の煮物	すりごまおにぎり チンゲン菜のすまし汁 ツナと野菜の煮物	いちごケーキ
盛付け量の 目安		主食 大さじ3 汁物 5 おかず 3 おかず 3	主食 大さじ3 汁物 7 おかず 3 おかず 3	ごはん類 65g パン類 30～40g 汁めん類 120g 汁物 120cc
<p>☆完了期食では朝の水分補給時に牛乳を提供しますが、その他の食事形態・時間帯・食事時には麦茶を提供します。</p> <p>☆豚肉・鶏肉はひき肉を、完了期食に使用するきゅうり・トマトは皮をむいてボイルしたものを使用しています。</p> <p>☆中期食からは、果物（りんご等）を提供します。</p> <p>☆16ヶ月から提供するパン・麺・マカロニ・粉菓子類は、米粉を使用しています。</p>				