

# 1月給食献立予定表「離乳食」

1月食育目標 ～寒さに負けない元気な体を作ろう～

鴨島ひかり乳幼児保育園

2025年1月

※都合により献立を変更することがあります。

日	曜	行事予定	5～6か月頃(初期)	7～8か月頃(中期)	9～11か月頃(後期)
1	水				
2	木				
3	金				
4	土		つぶし粥 豆腐ペースト 野菜ペースト	全粥 野菜マッシュ 白身魚の野菜あんかけ すまし汁	軟飯 野菜スティック 白身魚の野菜あんかけ すまし汁
5	日				
6	月		つぶし粥 しらすのすりつぶし 野菜ペースト	全粥 野菜マッシュ 白身魚と大根のつぶし煮 すまし汁	軟飯 野菜スティック 白身魚と大根の煮物 すまし汁
7	火		つぶし粥 しらすのすりつぶし 野菜ペースト	全粥 野菜マッシュ 鶏ささみとかぶのつぶし煮 すまし汁	軟飯 野菜スティック 豚ミンチとかぶの煮物 すまし汁
8	水		つぶし粥 しらすのすりつぶし 野菜ペースト	全粥 野菜マッシュ 白身魚のほうれん草あんかけ すまし汁	軟飯 野菜スティック 白身魚のほうれん草あんかけ すまし汁
9	木		つぶし粥 白身魚のすりつぶし 野菜ペースト	全粥 野菜マッシュ 鶏ささみと白菜のつぶし煮 すまし汁	軟飯 野菜スティック 合挽ミンチの肉団子煮 すまし汁
10	金		つぶし粥 白身魚のすりつぶし 野菜ペースト	全粥 野菜マッシュ 鮭の野菜あんかけ すまし汁	軟飯 野菜スティック 鮭の野菜あんかけ すまし汁
11	土		つぶし粥 白身魚のすりつぶし 野菜ペースト	全粥 野菜マッシュ 白身魚ときゃべつのはちまのつぶし煮 すまし汁	軟飯 野菜スティック 白身魚ときゃべつのはちまのあんかけ すまし汁
12	日				
13	月				
14	火		つぶし粥 豆腐ペースト 野菜ペースト	全粥 野菜マッシュ 鶏ささみと里芋のつぶし煮 すまし汁	軟飯 野菜スティック 牛ミンチと里芋の煮物 すまし汁
15	水		つぶし粥 豆腐ペースト 野菜ペースト	全粥 野菜マッシュ 鮭の野菜あんかけ すまし汁	軟飯 野菜スティック 鮭の野菜あんかけ すまし汁
16	木		つぶし粥 豆腐ペースト 野菜ペースト	全粥 野菜マッシュ 高野豆腐と野菜のつぶし煮 すまし汁	軟飯 野菜スティック 高野豆腐と野菜の煮物 すまし汁
17	金		つぶし粥 しらすのすりつぶし 野菜ペースト	全粥 野菜マッシュ 鶏ささみと切干大根のつぶし煮 すまし汁	軟飯 野菜スティック 鶏ミンチと切干大根の煮物 すまし汁
18	土		つぶし粥 しらすのすりつぶし 野菜ペースト	全粥 野菜マッシュ 白身魚の野菜あんかけ すまし汁	軟飯 野菜スティック 白身魚の野菜あんかけ すまし汁
19	日				
20	月		つぶし粥 しらすのすりつぶし 野菜ペースト	全粥 野菜マッシュ 鶏ささみとかぶのどろろ煮 すまし汁	軟飯 野菜スティック 鶏ミンチとかぶのどろろ煮 すまし汁
21	火		つぶし粥 白身魚のすりつぶし 野菜ペースト	全粥 野菜マッシュ 白身魚とかぼちゃのつぶし煮 すまし汁	軟飯 野菜スティック 白身魚とかぼちゃあんかけ すまし汁
22	水		つぶし粥 白身魚のすりつぶし 野菜ペースト	全粥 野菜マッシュ 鶏ささみと野菜のつぶし煮 すまし汁	軟飯 野菜スティック 豚ミンチの肉団子煮 すまし汁
23	木		つぶし粥 白身魚のすりつぶし 野菜ペースト	全粥 野菜マッシュ 鮭の野菜あんかけ すまし汁	軟飯 野菜スティック 鮭の野菜あんかけ すまし汁
24	金		つぶし粥 豆腐ペースト 野菜ペースト	全粥 野菜マッシュ 鶏ささみとじゃが芋のつぶし煮 すまし汁	軟飯 野菜スティック 合挽ミンチとじゃが芋の煮物 すまし汁
25	土		つぶし粥 豆腐ペースト 野菜ペースト	全粥 野菜マッシュ 白身魚の野菜あんかけ すまし汁	軟飯 野菜スティック 白身魚の野菜あんかけ すまし汁
26	日				
27	月		つぶし粥 豆腐ペースト 野菜ペースト	全粥 野菜マッシュ 鶏ささみと野菜のトマト煮 すまし汁	軟飯 野菜スティック 合挽ミンチの肉団子のトマト煮 すまし汁
28	火		つぶし粥 しらすのすりつぶし 野菜ペースト	全粥 野菜マッシュ 白身魚のほうれん草あんかけ すまし汁	軟飯 野菜スティック 白身魚のほうれん草あんかけ すまし汁
29	水		つぶし粥 しらすのすりつぶし 野菜ペースト	全粥 野菜マッシュ 高野豆腐とブロッコリーのつぶし煮 すまし汁	軟飯 野菜スティック 高野豆腐とブロッコリーの煮物 すまし汁
30	木		つぶし粥 しらすのすりつぶし 野菜ペースト	鮭としらすの2色がゆ 野菜マッシュ かぼちゃのつぶし煮 すまし汁	鮭としらすの2色がゆ 野菜スティック かぼちゃの煮物 すまし汁
31	金		つぶし粥 白身魚のすりつぶし 野菜ペースト	全粥 野菜マッシュ 鶏ささみとじゃが芋のつぶし煮 すまし汁	軟飯 野菜スティック 豚ミンチとじゃが芋の煮物 すまし汁