

令和 8 年 1 月分 5 か月 前半 献立表

11時

(1 月 5 日～ 15 日) 乳児名

(後半 16 日からは、別紙5か月後半献立表による)

日	日	日	5日	6日	7日	8日	9日	10日	13日	14日	15日
昼	つぶしがゆ (10倍がゆ すりつぶし) (1さじ)	つぶしがゆ (10倍がゆ すりつぶし) (2さじ)	つぶしがゆ (3さじ) (10倍がゆすりつぶし) 野菜マッシュ(1さじ) じゃが芋 じゃが芋	つぶしがゆ (3さじ) (10倍がゆすりつぶし) 野菜マッシュ(2さじ) ・じゃが芋 じゃが芋 金時人参 人参	つぶしがゆ (3さじ) (10倍がゆすりつぶし) 野菜マッシュ(3さじ) ・じゃが芋 じゃが芋 人参 人参 玉ねぎ 玉ねぎ	つぶしがゆ (3さじ) (10倍がゆすりつぶし) 野菜マッシュ(3さじ) ・じゃが芋 人参 きやべつ					

(1 月 16 日～ 31 日) 乳児名

日	16日	17日	19日	20日	21日	22日	23日	24日	26日	27日	28日	29日	30日	31日
昼	つぶしがゆ (10倍がゆ すりつぶし) (1さじ)	つぶしがゆ (10倍がゆ すりつぶし) (2さじ)	つぶしがゆ (3さじ) (10倍がゆすりつぶし) 野菜マッシュ(1さじ) ・じゃが芋 じゃが芋	つぶしがゆ (3さじ) (10倍がゆすりつぶし) 野菜マッシュ(2さじ) ・じゃが芋 じゃが芋 人参 人参	つぶしがゆ (3さじ) (10倍がゆすりつぶし) 野菜マッシュ(3さじ) ・じゃが芋 じゃが芋 金時人参 人参 玉ねぎ 玉ねぎ	つぶしがゆ (3さじ) (10倍がゆすりつぶし) 野菜マッシュ(3さじ) ・じゃが芋 じゃが芋 人参 人参 きやべつ	つぶしがゆ (3さじ) (10倍がゆすりつぶし) 野菜マッシュ(3さじ) ・じゃが芋 じゃが芋 金時人参 人参 大根	つぶしがゆ (3さじ) (10倍がゆすりつぶし) 野菜マッシュ(3さじ) ・じゃが芋 じゃが芋 金時人参 人参 はくさい きやべつ						

*献立の「野菜マッシュ」については、材料の野菜を合計で 1人当り 15g程度を使用し、だし汁(昆布だし)で煮て、マッシュを作る。

【注】◎0歳児室へ届ける量は、2週間の最終日の量です。即ち、つぶしがゆ(10倍がゆすりつぶし)3さじ、野菜マッシュ3さじ。(1さじは、5ml入るさじのこと)

◎3週目から、5、6か月頃(初期)と同じ献立に入るが、調理形態は個人差に応じる。