



# 1月 給食献立表



2025年

日	曜	初期食(5~6か月)	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる(その他の食品)	中期食(7~8か月)	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる(その他の食品)	後期食(9~11か月)		赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる(その他の食品)		
										昼食	おやつ					
4	土	10倍がゆ しらすのペースト にんじんのペースト じゃがいものペースト	しらす干し	米・じゃがいも	にんじん	7倍がゆ 高野豆腐と野菜煮 じゃがいもの軟らか煮つぶし	高野豆腐	米・かたくり粉 じゃがいも	にんじん・たまねぎ	水・だし汁	軟飯 高野豆腐と野菜煮 スティックじゃがいも	きな粉軟飯	高野豆腐・きな粉	米・かたくり粉 じゃがいも	にんじん・たまねぎ	水・だし汁・しょうゆ
6	月	10倍がゆ 豆腐のペースト だいこんのペースト かぼちゃのペースト	絹ごし豆腐	米	大根・かぼちゃ	7倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ かぼちゃの軟らか煮つぶし	鶏ささみ	米・かたくり粉	ほうれんそう・大根 かぼちゃ	水・だし汁	軟飯 鶏ささみの野菜あんかけ かぼちゃの軟らか煮	おかか軟飯	鶏ささみ かつお削り節	米・かたくり粉	ほうれんそう・大根 かぼちゃ	水・だし汁・しょうゆ
7	火	10倍がゆ しらすのペースト ブロッコリーのペースト にんじんのペースト	しらす干し	米	ブロッコリー・にんじん	7倍がゆ しらすと野菜の軟らか煮 にんじんの軟らか煮	しらす干し	米・かたくり粉	たまねぎ・ブロッコリー にんじん	水・だし汁	軟飯 しらすと野菜の軟らか煮 スティックにんじん	野菜入り軟飯	しらす干し	米・かたくり粉	たまねぎ・ブロッコリー にんじん・大根・かぶ こまつな	水・だし汁・しょうゆ
8	水	10倍がゆ 豆腐のペースト じゃがいものペースト ほうれん草のペースト	木綿豆腐	米・じゃがいも	ほうれんそう	7倍がゆ ツナと野菜の煮物 ほうれん草の軟らか煮	ツナ缶	米・じゃがいも かたくり粉	にんじん・ほうれんそう	水・だし汁	軟飯 ツナと野菜の煮物 ほうれん草の軟らか煮	バナナ入り米粉蒸しパン	ツナ缶・調製豆乳	米・じゃがいも かたくり粉・米粉 砂糖	にんじん・ほうれんそう バナナ	水・だし汁・しょうゆ ベーキングパウダー
9	木	10倍がゆ しらすのペースト にんじんのペースト キャベツのペースト	しらす干し	米	にんじん・キャベツ	7倍がゆ しらすと野菜の軟らか煮 きゅうりの軟らか煮	しらす干し	米・かたくり粉	にんじん・キャベツ きゅうり	水・だし汁	軟飯 しらすと野菜の軟らか煮 スティックきゅうり	きな粉軟飯	しらす干し・きな粉	米・かたくり粉	にんじん・キャベツ きゅうり	水・だし汁・しょうゆ
10	金	10倍がゆ 白身魚のペースト にんじんのペースト だいこんのペースト	たら	米・かたくり粉	にんじん・大根	7倍がゆ 魚と野菜のほぐし煮 だいこんの軟らか煮	たら	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ 大根	水・だし汁	軟飯 魚と野菜のほぐし煮 スティックだいこん	ふかし芋	たら	米・かたくり粉 じゃがいも	にんじん・たまねぎ 大根	水・だし汁・しょうゆ 食塩
11	土	10倍がゆ 豆腐のペースト 小松菜のペースト トマトのペースト	絹ごし豆腐	米	こまつな・トマト	7倍がゆ 高野豆腐と野菜煮 刻みトマト	高野豆腐	米・かたくり粉	にんじん・こまつな・トマト	水・だし汁	軟飯 高野豆腐と野菜煮 刻みトマト	米粉ホットケーキ	高野豆腐 調製豆乳	米・かたくり粉 砂糖・油・米粉	にんじん・こまつな トマト	水・だし汁・しょうゆ ベーキングパウダー
14	火	10倍がゆ しらすのペースト じゃがいものペースト ほうれん草のペースト	しらす干し	米・じゃがいも	ほうれんそう	7倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ ほうれん草の軟らか煮	鶏ささみ	米・じゃがいも かたくり粉	にんじん・ほうれんそう	水・だし汁	軟飯 鶏ささみの野菜あんかけ ほうれん草の軟らか煮	野菜入り軟飯	鶏ささみ	米・じゃがいも かたくり粉	にんじん・ほうれんそう キャベツ	水・だし汁・しょうゆ
15	水	10倍がゆ 白身魚のペースト 玉ねぎのペースト キャベツのペースト	たら	米・かたくり粉	たまねぎ・キャベツ	7倍がゆ 魚と野菜のほぐし煮 にんじんの軟らか煮	たら	米・かたくり粉	たまねぎ・キャベツ にんじん	水・だし汁	軟飯 魚と野菜のほぐし煮 スティックにんじん	米粉ホットケーキ	たら・調製豆乳	米・かたくり粉 砂糖・油・米粉	たまねぎ・キャベツ にんじん・かぼちゃ	水・だし汁・しょうゆ ベーキングパウダー
16	木	10倍がゆ しらすのペースト にんじんのペースト ほうれん草のペースト	しらす干し	米	にんじん・ほうれんそう	7倍がゆ しらすと野菜の軟らか煮 じゃがいもの軟らか煮つぶし	しらす干し	米・かたくり粉 じゃがいも	にんじん・ほうれんそう	水・だし汁	軟飯 しらすと野菜の軟らか煮 スティックじゃがいも	おかか軟飯	しらす干し かつお削り節	米・かたくり粉 じゃがいも	にんじん・ほうれんそう	水・だし汁・しょうゆ
17	金	10倍がゆ 豆腐のペースト にんじんのペースト キャベツのペースト	絹ごし豆腐	米	にんじん・キャベツ	7倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 キャベツの軟らか煮	絹ごし豆腐	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ キャベツ	水・だし汁	軟飯 豆腐と野菜のトロトロ煮 キャベツの軟らか煮	米粉蒸しパン	絹ごし豆腐 調製豆乳	米・かたくり粉 米粉・砂糖	にんじん・たまねぎ キャベツ	水・だし汁・しょうゆ ベーキングパウダー
21	火	10倍がゆ しらすのペースト ブロッコリーのペースト にんじんのペースト	しらす干し	米	ブロッコリー・にんじん	7倍がゆ しらすと野菜の軟らか煮 にんじんの軟らか煮	しらす干し	米・かたくり粉	たまねぎ・ブロッコリー にんじん	水・だし汁	軟飯 しらすと野菜の軟らか煮 スティックにんじん	きな粉軟飯	しらす干し・きな粉	米・かたくり粉	たまねぎ・ブロッコリー にんじん	水・だし汁・しょうゆ
27	月	10倍がゆ 豆腐のペースト キャベツのペースト さつまいものペースト	絹ごし豆腐	米・さつまいも	キャベツ	7倍がゆ 豆腐と野菜のトロトロ煮 さつまいもの軟らか煮つぶし	絹ごし豆腐	米・かたくり粉 さつまいも	にんじん・キャベツ	水・だし汁	軟飯 豆腐と野菜のトロトロ煮 スティックさつまいも	にんじん軟飯	絹ごし豆腐	米・かたくり粉 さつまいも	にんじん・キャベツ	水・だし汁・しょうゆ

・食材の入荷状況等によって献立を変更する場合がございます。ご了承ください。

