

# 2025年 1月の離乳食予定献立表

さくらんぼ保育園

曜日	日	準備期	前期 (6ヶ月)	中期 (7~8ヵ月)	後期 (9~11ヵ月)	午後おやつ
月	13	野菜スープ	野菜スープ	おかゆ スープ(玉葱)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・中期食と同じ献立</li> <li>・11ヵ月より味をつけていく</li> <li>・後期食以降のスープは2種類の野菜で作る</li> </ul>	中期・後期： おかし
	27	野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャがいも 玉葱)	人参とじゃがいもの煮ひたし タラのくたくた煮 小松菜の煮ひたし		
火	14	野菜スープ	野菜スープ	おかゆ スープ(白菜)	豚ひき肉と玉葱の肉団子	中期・後期： 野菜おじや
	28	野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも 白菜)	人参とさつまいもの煮ひたし カレイのくたくた煮 玉葱の煮ひたし		
水	1	野菜スープ	野菜スープ	おかゆ スープ(小松菜)		中期・後期： 野菜おやき
	15	野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャがいも 小松菜)	人参とじゃがいもの煮ひたし メルルーサのくたくた煮 大根の煮ひたし 豆腐の煮ひたし		
木	2	野菜スープ	野菜スープ	おかゆ スープ(玉葱)		中期・後期： 野菜おじや
	16	野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも 玉葱)	人参とさつまいもの煮ひたし タラのくたくた煮 白菜の煮ひたし		
金	3	野菜スープ	野菜スープ	おかゆ スープ(白菜)		中期・後期： 野菜おやき
	17	野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャがいも 白菜)	人参とじゃがいもの煮ひたし カレイのくたくた煮 かぶの煮ひたし		
土	18	野菜スープ	野菜スープ	おじや (人参 ジャがいも 小松菜)		中期・後期： おかし
		野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャがいも 小松菜)	豆腐の煮ひたし		
月	6	野菜スープ	野菜スープ	おかゆ スープ(玉葱)		中期・後期： さつまいも茶巾
	20	野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも チンゲン菜)	人参とさつまいもの煮ひたし メルルーサのくたくた煮 チンゲン菜の煮ひたし		
火	7	野菜スープ	野菜スープ	おかゆ スープ(キャベツ)		中期・後期： 野菜おじや
	21	野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャがいも キャベツ)	人参とじゃがいもの煮ひたし タラのくたくた煮 玉葱の煮ひたし		
水	8	野菜スープ	野菜スープ	おかゆ スープ(玉葱)	豚ひき肉と玉葱の肉団子	中期・後期： おかし
	22	野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャがいも 玉葱)	人参とじゃがいもの煮ひたし カレイのくたくた煮 カリフラワーの煮ひたし		
木	9	野菜スープ	野菜スープ	おかゆ スープ(キャベツ)		中期・後期： 野菜おじや
	23	野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 さつまいも キャベツ)	人参とさつまいもの煮ひたし メルルーサのくたくた煮 小松菜の煮ひたし 豆腐の煮ひたし		
金	10	野菜スープ	野菜スープ	おかゆ スープ(小松菜)		中期・後期： 野菜おやき
	24	野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャがいも 小松菜)	人参とじゃがいもの煮ひたし タラのくたくた煮 玉葱の煮ひたし		
土	11	野菜スープ	野菜スープ	おじや (人参 ジャがいも キャベツ)		中期・後期： おかし
	25	野菜スープ おもゆ	つぶしかゆ 野菜のうらごし (人参 ジャがいも キャベツ)	豆腐の煮ひたし		

\*後期食……11ヵ月になったら味付けていきます。

1週目:塩味 2週目:しょうゆ味 3週目:味噌味 4週目:幼児食も少しずつ食べていきます。

\*おやつ……中期食は、午後1回です。後期食は、午前と午後の2回です。

