

# 5月 初期・中期食予定献立表

令和 7年 5月 浦安駅前保育園

		初期	中期
		昼 食	昼 食
1	木	つぶしがゆ・しらす・人参・じゃが芋	おかゆ しらす・キャベツ じゃが芋・人参
2	金	つぶしがゆ・豆腐・チンゲン菜・人参	おかゆ 豆腐・人参 チンゲン菜・玉葱
7	水	つぶしがゆ・かれい・玉葱・かぶ	おかゆ かれい・玉葱 かぶ・人参
8	木	つぶしがゆ・しらす・人参・キャベツ	おかゆ しらす・人参 キャベツ・玉葱
9	金	つぶしがゆ・豆腐・じゃが芋・玉葱	おかゆ 豆腐・玉葱 じゃが芋・人参
10	土	つぶしがゆ・かれい・人参・小松菜	おかゆ かれい・人参 小松菜・玉葱
12	月	つぶしがゆ・豆腐・大根・人参	おかゆ 豆腐・小松菜 大根・人参
13	火	つぶしがゆ・しらす・じゃが芋・玉葱	おかゆ しらす・人参 じゃが芋・玉葱
14	水	つぶしがゆ・かれい・人参・キャベツ	おかゆ かれい・玉葱 キャベツ・人参
15	木	つぶしがゆ・しらす・さつまいも・人参	おかゆ しらす・キャベツ 人参・さつまいも
16	金	つぶしがゆ・豆腐・玉葱・さつまいも	おかゆ 豆腐・さつまいも 玉葱・人参
17	土	つぶしがゆ・かれい・人参・白菜	おかゆ かれい・人参 白菜・玉葱
19	月	つぶしがゆ・かれい・玉葱・かぶ	おかゆ かれい・かぶ 玉葱・人参
20	火	つぶしがゆ・しらす・じゃが芋・キャベツ	おかゆ しらす・人参 キャベツ・じゃが芋
21	水	つぶしがゆ・豆腐・人参・玉葱	おかゆ 豆腐・玉葱 人参・キャベツ
22	木	つぶしがゆ・かれい・大根・人参	おかゆ かれい・人参 大根・玉葱
23	金	つぶしがゆ・豆腐・小松菜・玉葱	おかゆ 豆腐・玉葱 小松菜・人参
24	土	つぶしがゆ・しらす・人参・大根	おかゆ しらす・大根 人参・玉葱
26	月	つぶしがゆ・かれい・大根・小松菜	おかゆ かれい・小松菜 大根・人参
27	火	つぶしがゆ・豆腐・人参・玉葱	おかゆ 豆腐・人参 玉葱・大根
28	水	つぶしがゆ・しらす・かぶ・キャベツ	おかゆ しらす・キャベツ かぶ・人参
29	木	つぶしがゆ・かれい・じゃが芋・ほうれん草	おかゆ かれい・じゃが芋 ほうれん草・人参
30	金	つぶしがゆ・豆腐・玉葱・人参	おかゆ 豆腐・人参 キャベツ・玉葱
31	土	つぶしがゆ・しらす・人参・チンゲン菜	おかゆ しらす・チンゲン菜 人参・玉葱



初期は・・・液体とほぼ同じ、かたまりのないなめらかな形状にします。野菜などは、ゆでて裏ごしするか、なめらかにすりつぶします。初めは、「トロトロ」ゆるいポターージュがかたさの目安です。慣れてきたら、水分を減らして「ベタベタ」マヨネーズ状にしていきます。

中期は・・・「ベタベタ」マヨネーズ状にやわらかなかたまりが少しまじる、ぼってりしたジャムのような感じが目安です。ざらつきが残るくらいにすりつぶしたり、細かいみじん切りにしてやわらかく煮ます。少しずつかたまりの割合を増やして、舌でつぶす練習をします。