3月 初期・中期食予定献立表

令和 8 年 3 月　浦安駅前保育園

		初期	中期
		昼　食	昼　食
2	月	つぶしがゆ・豆腐・キャベツ・人参	おかゆ　豆腐・人参　キャベツ・玉葱
3	火	つぶしがゆ・かれい・菜の花・人参	おかゆ　かれい・菜の花　人参
4	水	つぶしがゆ・豆腐・玉葱・人参	おかゆ　豆腐・人参　キャベツ・玉葱
5	木	つぶしがゆ・しらす・ほうれん草・だいこん	おかゆ　しらす・大根　ほうれん草・人参
6	金	つぶしがゆ・豆腐・人参・チンゲン菜	おかゆ　豆腐・チンゲン菜　人参・玉葱
7	土	つぶしがゆ・豆腐・人参・キャベツ	おかゆ　豆腐・人参　キャベツ・人参
9	月	つぶしがゆ・豆腐・大根・人参	おかゆ　豆腐・人参　大根・南瓜
10	火	つぶしがゆ・かれい・じゃが芋・人参	おかゆ　かれい・じゃが芋　人参・キャベツ
11	水	つぶしがゆ・豆腐・ほうれん草・人参	おかゆ　豆腐・ほうれん草　人参・玉葱
12	木	つぶしがゆ・豆腐・玉葱・小松菜	おかゆ　豆腐・玉葱　小松菜・人参
13	金	つぶしがゆ・豆腐・キャベツ・人参	おかゆ　豆腐・人参　キャベツ・玉葱
14	土	つぶしがゆ・豆腐・人参・じゃが芋	おかゆ　豆腐・玉葱　人参・じゃが芋
16	月	つぶしがゆ・豆腐・白菜・人参	おかゆ　豆腐・白菜　人参・かぶ
17	火	つぶしがゆ・しらす・大根・人参	おかゆ　しらす・大根　人参・大根
18	水	つぶしがゆ・豆腐・玉葱・人参	おかゆ　豆腐・人参　玉葱・かぼちゃ
19	木	つぶしがゆ・豆腐・人参・玉葱	おかゆ　豆腐・玉葱　人参・玉葱
21	土	つぶしがゆ・かれい・小松菜・人参	おかゆ　かれい・人参　小松菜・玉葱
23	月	つぶしがゆ・豆腐・白菜・人参	おかゆ　豆腐・玉葱　白菜・人参
24	火	つぶしがゆ・しらす・キャベツ・人参	おかゆ　しらす・大根　キャベツ・人参
25	水	つぶしがゆ・豆腐・玉葱・小松菜	おかゆ　豆腐・玉葱　小松菜・人参
26	木	つぶしがゆ・かれい・キャベツ・人参	おかゆ　かれい・じゃが芋　人参・キャベツ
27	金	つぶしがゆ・豆腐・人参・小松菜	おかゆ　豆腐・人参　小松菜・玉葱
28	土	つぶしがゆ・しらす・人参・玉葱	おかゆ　しらす・白菜　人参・玉葱
30	月	つぶしがゆ・豆腐・玉葱・小松菜	おかゆ　豆腐・人参　小松菜・玉葱
31	火	つぶしがゆ・かれい・キャベツ・人参	おかゆ　かれい・キャベツ　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」ゆるいポタージュがかたさの目安です。慣れてきたら、水分を減らして「ペ

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、ぽ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