

1(火)・28(月)

令和7年4月 離乳食献立表(保育所・認定こども園)

No.1

	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
	うどんと野菜の すりつぶし煮	うどんと野菜の きざみ煮	煮込みうどん	ごはん(しそふりかけ) 肉うどん
11時	干しうどん (ゆで) 人参 玉ねぎ ちんげん菜 はくさい しょうゆ 昆布だし	干しうどん (ゆで) 40 g 玉ねぎ 5 しょうゆ 昆布だし 鮭(水煮)と野菜の きざみ煮 ・鮭(水煮) 12 g 人参 ちんげん菜 } 25 はくさい しょうゆ 昆布だし ・ミルク	干しうどん (ゆで) 45 g 玉ねぎ 10 しょうゆ だし汁 煮物 豚肉 15 g 人参 ちんげん菜 } 30 はくさい 砂糖 しょうゆ だし汁 ・ミルク	「細かく切る」 豚肉 「4cm位に切る」 干しうどん 煮びたし 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	シーチキンおじや 米 30 g ・シーチキン 15 人参 玉ねぎ ちんげん菜 } 40 はくさい しょうゆ だし汁 ・ミルク	別紙献立表 による
	「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。			

2(水)・15(火)

	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜のすりつぶし煮 ・凍豆腐(粉) 人参 玉ねぎ じゃが芋 小松菜 しょうゆ 昆布だし	全がゆ (7倍がゆ程度) 鶏肉と野菜のきざみ煮 鶏肉 15 g 人参 じゃが芋 小松菜 } 25 しょうゆ 昆布だし	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 煮物 鶏肉 15 g 人参 じゃが芋 小松菜 } 30 しょうゆ だし汁	カレーライス 「1cm大に切る」 鶏肉
3時	・ミルク	すまし汁 玉ねぎ 5 g しょうゆ 1 昆布だし 70 ・ミルク	すまし汁 玉ねぎ 10 g しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	切干大根の煮物 「細かく切る」
	「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。	・ミルク	鮭(水煮)おじや 米 30 g ・鮭(水煮) 15 人参 玉ねぎ 小松菜 } 40 しょうゆ だし汁 ・ミルク	別紙献立表による

	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 野菜のくず煮 きゃべつ 人参 大根 ちんげん菜 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	全がゆ (7倍がゆ程度) 豆腐と野菜のくず煮 豆腐(冷) 40 g きゃべつ 人参 ちんげん菜 } 25 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) くず煮 豆腐(冷) 45 g きゃべつ 人参 ちんげん菜 } 30 しょうゆ だし汁 かたくり粉	ごはん(わかめ) 揚げ出し豆腐 煮びたし 「細かく切る」 みそ汁 「細かく切る」 ちんげん菜
3時	・ミルク	・ミルク	・ミルク	別紙献立表による
	「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。			ちりめんおじゃ 米 30 g ・ちりめんじゃこ 8 きゃべつ 人参 大根 ちんげん菜 } 40 しょうゆ だし汁 ・ミルク

4・18(金)

No.4

	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
	つぶしがゆ (10倍がゆ程度)	全がゆ (7倍がゆ程度)	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度)	ごはん
11時	魚と野菜のくず煮 カラスガレイ じゃが芋 ・人参 はくさい しょうゆ 昆布だし かたくり粉	魚と野菜のくず煮 カラスガレイ 15 g じゃが芋 ・人参 はくさい } 30 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	魚と野菜のくず煮 カラスガレイ 15 g じゃが芋 ・人参 はくさい } 40 しょうゆ だし汁 かたくり粉	煮 魚 含 め 煮
		すまし汁 ・ふ 1 g しょうゆ 1 昆布だし 70 ・ミルク	すまし汁 ・ふ 1 g しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	すまし汁 「細かく切る」 はくさい
3時	・ミルク	・ミルク	肉おじや(みそ味) 米 30 g ・豚肉 15 ・人参 はくさい } 40 みそ 2.5 だし汁 ・ミルク	別紙献立表 による
「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。				

	5、6か月頃(初期) 5 か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 野菜のすりつぶし煮 玉ねぎ 人参 ちんげん菜 しょうゆ 昆布だし	全 が ゆ (7倍がゆ程度) 鮭(水煮)と野菜の きざみ煮 ・鮭(水煮) 12 g 玉ねぎ 人参 ちんげん菜 } 25 しょうゆ 昆布だし	全 が ゆ ～ 軟 飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 煮 物 豚肉 15 g 玉ねぎ 人参 ちんげん菜 } 30 砂糖 しょうゆ だし汁	ご は ん 肉とちんげん菜の いため物 「細かく切る」
3時	・ミルク	み そ 汁 さつま芋 5 g みそ 1.5 昆布だし 70 ・ミルク	み そ 汁 さつま芋 10 g みそ 4.2 だし汁 100 ・ミルク	み そ 汁 「細かく切る」 わかめ
3時	・ミルク	・ミルク	凍 豆 腐 お じ や 米 30 g ・凍豆腐(粉) 6 玉ねぎ 人参 ちんげん菜 } 40 さつま芋 しょうゆ だし汁 ・ミルク	別紙献立表 による
「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。				

7(月)

No.6

	5、6か月頃(初期) 5 か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 野菜のくず煮 玉ねぎ 人参 きゃべつ しょうゆ 昆布だし かたくり粉	全がゆ (7倍がゆ程度) 豆腐と野菜のくず煮 豆腐(冷) 40 g 玉ねぎ } 25 人参 } しょうゆ 昆布だし かたくり粉	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) くず煮 豆腐(冷) 30 g 豚挽肉 7 玉ねぎ } 30 人参 } 砂糖 しょうゆ だし汁 かたくり粉	ごはん 野菜入り麻婆豆腐 「細かく切る」 にら ツナときゃべつの スープ 「細かく切る」 きゃべつ 切干大根
3時	・ミルク	・ミルク	いちごのパンケーキ 供食量は乳児より やや少なめ ・ケーキミックス粉 いちご 水・油 野菜スープ ・シーチキン 15 g 玉ねぎ } 40 人参 } きゃべつ } しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	別紙献立表 による
「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。				

8(火)・23(水)

No.7

	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 野菜のすりつぶし煮 大根 人参 はくさい しょうゆ 昆布だし	全がゆ (7倍がゆ程度) 野菜のきざみ煮 大根 人参 はくさい しょうゆ 昆布だし 卵黄マッシュ ・卵黄(固ゆで) 1個 昆布だし みそ汁 さつま芋 5g みそ 1.5 昆布だし 70 ・ミルク	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 煮物 豚肉 15g 大根 人参 はくさい 砂糖 しょうゆ だし汁 みそ汁 さつま芋 10g みそ 4.2 だし汁 100 ・ミルク	ごはん(わかめ) さつま汁 はくさいと ベーコンのソテー 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	ちりめんおじゃ 米 30g ・ちりめんじゃこ 8 大根 人参 はくさい さつま芋 しょうゆ だし汁 ・ミルク	別紙献立表による
「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。				

9・16(水)

No.8

	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 野菜のすりつぶし煮 はくさい 小松菜 人参 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし	全がゆ (7倍がゆ程度) 鶏肉と野菜の きざみ煮 鶏肉 15 g 小松菜 人参 玉ねぎ } 25 しょうゆ 昆布だし	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 煮物 鶏肉 15 g 小松菜 人参 玉ねぎ } 30 しょうゆ だし汁	ごはん すき焼風煮 「細かく切る」
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	
3時	・ミルク	・ミルク	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) ケチャップいため煮 ・牛肉 15 g はくさい 小松菜 人参 玉ねぎ } 40 油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁 ・ミルク	別紙献立表による
「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。				

	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 豆腐と野菜の くず煮 ・充てん豆腐 きゃべつ 人参 玉ねぎ 小松菜 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	全がゆ (7倍がゆ程度) 鶏肉と野菜の くず煮 鶏肉 15 g きゃべつ 人参 小松菜 } 25 しょうゆ 昆布だし かたくり粉 みそ汁 玉ねぎ 5 g みそ 1.5 昆布だし 70 ・ミルク	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) くず煮 鶏肉 15 g きゃべつ 人参 小松菜 } 30 しょうゆ だし汁 かたくり粉 みそ汁 玉ねぎ 10 g みそ 4.2 だし汁 100 ・ミルク	ごはん(かつおふりかけ) 鶏肉のたつた揚げ 「1cm大に切る」 蒸し野菜の マヨドレ添え 「細かく切る」 みそ汁 「細かく切る」 小松菜
3時	・ミルク	・ミルク	いためうどん ・干しうどん 20 g ・豚肉 15 (ゆでる) きゃべつ 人参 玉ねぎ 小松菜 } 40 油 しょうゆ ・ミルク	別紙献立表 による
「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。				

11・25(金)

No.10

	5、6か月頃(初期)	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
	5 か月後半から			
				(10時) 牛乳・菓子
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度)	全 が ゆ (7倍がゆ程度)	全 が ゆ ～ 軟 飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度)	ご は ん
	魚と野菜のくず煮	魚と野菜のくず煮	魚と野菜のくず煮	白身魚のみそ焼
	カラスガレイ はくさい ちんげん菜 大根 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし かたくり粉	カラスガレイ 15 g はくさい ちんげん菜 大根 玉ねぎ 30 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	カラスガレイ 15 g はくさい ちんげん菜 大根 玉ねぎ 40 しょうゆ だし汁 かたくり粉	ひ た し 「細かく切る」
3時		す ま し 汁	す ま し 汁	す ま し 汁
		ふ 1 g しょうゆ 1 昆布だし 70	ふ 1 g しょうゆ 3.1 だし汁 100	
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	
3時	・ミルク	・ミルク	肉おじや(みそ味)	牛 乳
			米 30 g ・牛肉 15 はくさい ちんげん菜 大根 玉ねぎ 40 みそ 2.5 だし汁	カ レ ー ド リ ア 「細かく切る」 ベーコン
	「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。			・ミルク

12・26(土)

No.11

	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜のすりつぶし煮 ・凍豆腐(粉) 人参 玉ねぎ きやべつ しょうゆ 昆布だし	全がゆ (7倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜のきざみ煮 ・凍豆腐(粉) 5g 人参 きやべつ } 25 しょうゆ 昆布だし	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 煮物 牛肉 15g 人参 きやべつ } 30 砂糖 しょうゆ だし汁	ハヤシライス 「細かく切る」 牛肉 マッシュルーム
3時	・ミルク	すまし汁 玉ねぎ 5g しょうゆ 1 昆布だし 70 ・ミルク	すまし汁 玉ねぎ 10g しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	野菜いため 「細かく切る」
	「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。		凍豆腐おじゃ 米 30g ・凍豆腐(粉) 6 人参 玉ねぎ きやべつ } 40 しょうゆ だし汁 ・ミルク	別紙献立表による

	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 野菜のすりつぶし煮 人参 玉ねぎ ちんげん菜 しょうゆ 昆布だし	全がゆ (7倍がゆ程度) じゃこと野菜のきざみ煮 ・ちりめんじゃこ 6g 人参 玉ねぎ } 25 しょうゆ 昆布だし	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) ケチャップいため煮 牛挽肉 } 15g 豚挽肉 } 人参 } 30 玉ねぎ } 油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁	ごはん(しそふりかけ) スパゲティ ミートソース 「4cm位に切る」 スパゲティ
3時	・ミルク	すまし汁 ちんげん菜 5g しょうゆ 1 昆布だし 70 ・ミルク	すまし汁 ちんげん菜 10g しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	わかめのスープ 「細かく切る」
	「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。		シーチキンおじや 米 30g ・シーチキン 15 人参 } 40 玉ねぎ } ちんげん菜 } しょうゆ だし汁 ・ミルク	別紙献立表 による

24(木)

No.13

	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 野菜のすりつぶし煮 人参 玉ねぎ きやべつ しょうゆ 昆布だし	全がゆ (7倍がゆ程度) 鶏肉と野菜の きざみ煮 鶏肉 15 g 人参 玉ねぎ } 25 しょうゆ 昆布だし	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 煮物 鶏肉 15 g 人参 玉ねぎ } 30 しょうゆ だし汁	チキンライス ビーフンのあえもの 「細かく切る」
3時	・ミルク	すまし汁 きやべつ 5 g しょうゆ 1 昆布だし 70 ・ミルク	すまし汁 きやべつ 10 g しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	スープ 「細かく切る」
	「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。		全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) くず煮 豆腐(冷) 45 g 人参 玉ねぎ きやべつ } 40 しょうゆ だし汁 かたくり粉 ・ミルク	別紙献立表 による

	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 野菜のくず煮 玉ねぎ 人参 きやべつ しょうゆ 昆布だし かたくり粉	全がゆ (7倍がゆ程度) 豆腐と野菜のくず煮 豆腐(冷) 40 g 玉ねぎ } 25 人参 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) くず煮 豆腐(冷) 30 g 豚挽肉 7 玉ねぎ } 30 人参 砂糖 しょうゆ だし汁 かたくり粉	ごはん 野菜入り麻婆豆腐 「細かく切る」 にら ツナときやべつのスープ 「細かく切る」 きやべつ 切干大根
3時	・ミルク	・ミルク	お焼 ・ケーキミックス粉 20 g 水・油 野菜スープ ・鮭(水煮) 15 g 玉ねぎ } 40 人参 きやべつ しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	別紙献立表 による
「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。				