

2・9(月)

令和7年6月 離乳食献立表(保育所)

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
11時	うどんと野菜の すりつぶし煮 干しうどん (ゆで) 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし	うどんと野菜の きざみ煮 干しうどん (ゆで) 40 g 玉ねぎ 5 しょうゆ 昆布だし	煮込みうどん 及び丸ロール●(1/3こ) 干しうどん (ゆで) 45 g 玉ねぎ 10 しょうゆ だし汁	丸ロール カレーうどん 「具は細かく切る」 「4cm位に切る」 干しうどん
	凍豆腐と野菜の すりつぶし煮 ・凍豆腐(粉) 人参 ほうれん草 ・じゃが芋 しょうゆ 昆布だし ・ミルク	凍豆腐と野菜の きざみ煮 ・凍豆腐(粉) 5 g 人参 ほうれん草 } 25 ・じゃが芋 } しょうゆ 昆布だし ・ミルク	煮物 牛肉 15 g 人参 ほうれん草 } 30 ・じゃが芋 } 砂糖 しょうゆ だし汁 ・ミルク	ポテトの ケチャップいため 「細かく切る」
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 ・鮭(水煮) 15 g 人参 ほうれん草 } 40 玉ねぎ } ・じゃが芋 } 油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁 ・ミルク	牛乳 ライスグラタン 「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。				

3(火)・18(水)

	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
	<u>つぶしがゆ</u> (10倍がゆ程度)	<u>全がゆ</u> (7倍がゆ程度)	<u>全がゆ～軟飯</u> (5倍がゆ～硬がゆ程度)	<u>ごはん</u>
	<u>魚と野菜のくず煮</u>	<u>魚と野菜のくず煮</u>	<u>魚と野菜のくず煮</u>	<u>白身魚の 磯辺揚げ</u>
11時	カラスガレイ ちんげん菜 はくさい 大根 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	カラスガレイ 15 g ちんげん菜 はくさい } 25 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	カラスガレイ 15 g ちんげん菜 はくさい } 30 しょうゆ だし汁 かたくり粉	<u>煮びたし</u> 「細かく切る」
		<u>すまし汁</u>	<u>すまし汁</u>	<u>すまし汁</u>
	・ミルク	大根 5 g しょうゆ 1 昆布だし 70 ・ミルク	大根 10 g しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	「細かく切る」 わかめ
3時	・ミルク	・ミルク	<u>肉おじや(みそ味)</u>	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。		米 30 g ・豚肉 15 ちんげん菜 はくさい } 40 大根 みそ 2.5 だし汁 ・ミルク	

4(水)・17(火)

No.3

	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) 野菜のすりつぶし煮	全がゆ (7倍がゆ程度) じゃこと野菜の きざみ煮	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 及びイエローロール●(1/4こ) ケチャップいため煮	イエローロール ミネストローネ
11時	玉ねぎ 人参 きゃべつ じゃが芋 しょうゆ 昆布だし	・ちりめんじゃこ 6g 玉ねぎ } 人参 } 25 きゃべつ } しょうゆ 昆布だし	豚肉 15g 玉ねぎ } 人参 } 30 きゃべつ } 油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁	きゃべつとハムの ソテー
	すまし汁	すまし汁	すまし汁	
	じゃが芋 5g しょうゆ 1 昆布だし 70	じゃが芋 10g しょうゆ 3.1 だし汁 100	じゃが芋 10g しょうゆ 3.1 だし汁 100	「細かく切る」
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	
3時	・ミルク	・ミルク	お焼 ・ケーキミックス粉 20g 水・油 野菜スープ ・牛肉 15g 玉ねぎ } 人参 } 40 きゃべつ } じゃが芋 } 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。				

	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(わかめ)
11時	ミルク煮 大根 人参 小松菜 水 ・調製粉乳●	クリームシチュー 鶏肉 7g 人参 5 バター● 1 水 ・調製粉乳● 10 〔上新粉 2 水	クリームシチュー 鶏肉 7g 人参 10 バター● 1.5 塩 少々 水 ・調製粉乳● 13 〔上新粉 3 水	筑前煮 「細かく切る」
時		野菜のきざみ煮 大根 小松菜 } 25g しょうゆ 昆布だし ・ミルク	煮びたし 大根 小松菜 } 30g しょうゆ だし汁 ・ミルク	みそ汁 「細かく切る」 小松菜
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 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)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。				

6(金)

No.5

	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 はくさい 玉ねぎ 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 人参 } 25 はくさい 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 人参 } 30 はくさい 砂糖 しょうゆ だし汁	なまりぶしごはん 肉と野菜のスープ 「4cm位に切る」 はるさめ 「細かく切る」 はくさい
時		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	焼き野菜 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	いためうどん ・干しうどん 20 g ・シーチキン 15 (ゆでる) 人参 } 40 はくさい 玉ねぎ 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。				

7・14(±)

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) 凍豆腐と野菜 のすりつぶし煮	全がゆ (7倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜 のきざみ煮	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 煮物	ごはん 肉じゃが
	・凍豆腐(粉) じゃが芋 玉ねぎ ちんげん菜 しょうゆ 昆布だし	・凍豆腐(粉) 5g じゃが芋 玉ねぎ ちんげん菜 } 30 しょうゆ 昆布だし	牛肉 15g じゃが芋 玉ねぎ ちんげん菜 } 40 砂糖 しょうゆ だし汁	「細かく切る」 牛肉
	・ミルク	みそ汁 ふ 1g みそ 1.5 昆布だし 70 ・ミルク	みそ汁 ふ 1g みそ 4.2 だし汁 100 ・ミルク	みそ汁 「細かく切る」 ちんげん菜
3時	・ミルク	・ミルク	凍豆腐おじや 米 30g ・凍豆腐(粉) 6 玉ねぎ ちんげん菜 } 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)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
	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	魚のくず煮 ゆでて、すりつぶし かたくり粉でとじる ・カラスガレイ	魚のくず煮 ゆでて、つぶし かたくり粉でとじる ・カラスガレイ 15 g	煮魚 ・カラスガレイ 15 g 砂糖 しょうゆ 水	さばの梅干し煮
	野菜のすりつぶし煮 はくさい 小松菜 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし	野菜のきざみ煮 はくさい } 25 g 小松菜 } しょうゆ 昆布だし	煮びたし はくさい } 30 g 小松菜 } しょうゆ だし汁	煮びたし 「細かく切る」
	みそ汁 玉ねぎ 5 g みそ 1.5 昆布だし 70	みそ汁 玉ねぎ 5 g みそ 1.5 昆布だし 70	みそ汁 玉ねぎ 10 g みそ 4.2 だし汁 100	みそ汁 「細かく切る」 わかめ
3時	・ミルク	・ミルク	肉おじや 米 30 g ・サラダチキン 15 はくさい } 40 小松菜 } 玉ねぎ } 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。				

	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 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 } 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) 鶏肉と野菜のくず煮 鶏肉 15 g きゃべつ } 30 人参 しょうゆ だし汁 かたくり粉	ごはん(わかめ) 鶏肉の天ぷら 「1cm大に切る」 蒸し野菜のマヨドレ添え 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	・ミルク	すまし汁 大根 5 g しょうゆ 1 昆布だし 70 ・ミルク
	「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。	すまし汁 大根 10 g しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 煮物 ・牛肉 15 g きゃべつ } 40 人参 大根 砂糖 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
	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 				

	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 きゃべつ 小松菜 しょうゆ 昆布だし	全 が ゆ (7倍がゆ程度) 鮭 と 野 菜 の き ざ み 煮 生鮭 12 g 大根 } 人参 } 25 きゃべつ } 小松菜 } しょうゆ 昆布だし	全 が ゆ ～ 軟 飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 煮 物 生鮭 15 g 大根 } 人参 } 30 きゃべつ } 小松菜 } しょうゆ だし汁	鮭の炊き込みごはん (「具は細かく切る」) さ つ ま 汁 煮 び た し (「細かく切る」) ヨ ー グ ル ト
3時	・ミルク ・ミルク	・ミルク ・ミルク	い た め う ど ん ・干しうどん 20 g ・牛肉 15 (ゆでる) 大根 } 人参 } 40 きゃべつ } 小松菜 } 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。				

	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	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 野菜ラーメン
	・干しうどん - 玉ねぎ - はくさい - 人参 - しょうゆ - 昆布だし	・干しうどん 15 g - 玉ねぎ 5 - しょうゆ - 昆布だし	・干しうどん 20 g - 玉ねぎ 10 - しょうゆ - だし汁	「具は細かく切る」 「4cm位に切る」 - 中華めん
時		鮭(水煮)と野菜の きざみ煮	煮物	いそ煮
	・鮭(水煮) 12 g - はくさい } 25 - 人参 } - しょうゆ - 昆布だし	・鮭(水煮) 15 g - はくさい } 30 - 人参 } - しょうゆ - だし汁	「細かく切る」	
3時	・ミルク	・ミルク	・ミルク	
	・ミルク	・ミルク	パンがゆ	別紙献立表 による
			食パン●(耳を取る) 30 g ・調製粉乳● 13 水	
			ケチャップいため煮	
			・豚肉 7 g - 玉ねぎ } 40 - はくさい } - 人参 } - 油 - 砂糖 - しょうゆ - トマトケチャップ - だし汁 ・ミルク	
	「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 人参 玉ねぎ じゃが芋 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 ・充てん豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 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) 牛肉と野菜のくず煮 牛肉 15 g 人参 玉ねぎ じゃが芋 砂糖 しょうゆ だし汁 かたくり粉	カレーライス 「細かく切る」 牛肉
	・ミルク	すまし汁 ちんげん菜 5 g しょうゆ 1 昆布だし 70 ・ミルク	すまし汁 ちんげん菜 10 g しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	はりはり煮 「細かく切る」
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) 人参 玉ねぎ ちんげん菜 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。				

	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) 玉ねぎ 人参 小松菜 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) 5 g 玉ねぎ 人参 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 豚肉 15 g 玉ねぎ 人参 小松菜 } 30 砂糖 しょうゆ だし汁	ごはん(しそふりかけ) 韓国風スパゲティ 「具は細かく切る」 「4cm位に切る」 スパゲティ
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	・ミルク
3 時	・ミルク	・ミルク	鮭(水煮)おじや 米 30 g ・鮭(水煮) 15 玉ねぎ 人参 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)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 人参 はくさい 玉ねぎ 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 人参 はくさい } 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 人参 はくさい } 30 砂糖 しょうゆ だし汁	ごはん(かつおふりかけ) 肉と野菜のスープ 「4cm位に切る」 はるさめ 「細かく切る」 はくさい
時		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	焼 き 野 菜 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	かぼちゃのお焼 ・ケーキミックス粉 20 g かぼちゃ(ゆでる) 20 水 ・ 油 野 菜 ス ー プ ・シーチキン 15 g 人参 はくさい } 30 玉ねぎ 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。				