

1・22(金)

令和7年8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
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 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	全がゆ (7倍がゆ程度) 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 15g	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 煮 魚 カラスガレイ 15g 砂糖 しょうゆ 水	ごはん 煮 魚
時	野菜のすりつぶし煮 じゃが芋 人参 小松菜 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし	野菜のきざみ煮 じゃが芋 人参 小松菜 しょうゆ 昆布だし 25g みそ汁 ふ 1g 玉ねぎ 5 みそ 1.5 昆布だし 70 ・ミルク	煮物 じゃが芋 人参 小松菜 しょうゆ だし汁 30g みそ汁 ふ 1g 玉ねぎ 10 みそ 4.2 だし汁 100 ・ミルク	含め煮 「細かく切る」 三度豆 みそ汁 「細かく切る」 小松菜
3時	・ミルク	・ミルク	凍豆腐おじゃ 米 30g ・凍豆腐(粉) 6 人参 小松菜 玉ねぎ 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) 凍豆腐と野菜のくず煮 ・凍豆腐(粉) 玉ねぎ かぼちゃ 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) 凍豆腐と野菜のくず煮 ・凍豆腐(粉) 5g 玉ねぎ } かぼちゃ } 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) 豚肉と野菜のくず煮 豚肉 15g 玉ねぎ } かぼちゃ } 30 砂糖 しょうゆ だし汁 かたくり粉	ごはん(しそふりかけ) 豚肉となすのしょうが煮 「細かく切る」 豚肉
		みそ汁	みそ汁	みそ汁
	・ミルク	ちんげん菜 5g みそ 1.5 昆布だし 70 ・ミルク	ちんげん菜 10g みそ 4.2 だし汁 100 ・ミルク	「細かく切る」 ベーコン ちんげん菜
3時	・ミルク	・ミルク	鮭(水煮)おじや 米 30g ・鮭(水煮) 15 玉ねぎ } かぼちゃ } 40 ちんげん菜 } 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。				

4・25(月)

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
11時	うどんと野菜の すりつぶし煮 干しうどん (ゆで) レタス 玉ねぎ 人参 きやべつ しょうゆ 昆布だし ・ミルク	うどんと野菜の きざみ煮 干しうどん (ゆで) 40 g レタス 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 玉ねぎ 人参 きやべつ } 25 しょうゆ 昆布だし ・ミルク	煮込みうどん 干しうどん (ゆで) 45 g レタス 10 しょうゆ だし汁 煮物 豚肉 15 g 玉ねぎ 人参 きやべつ } 30 砂糖 しょうゆ だし汁 ・ミルク	ごはん カレー焼うどん 「細かく切る」 豚肉 「4cm位に切る」 干しうどん わかめのスープ 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	肉おじや(みそ味) 米 30 g ・牛肉 15 レタス 玉ねぎ 人参 きやべつ } 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・26(火)

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
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 野菜のすりつぶし煮 とうがん 人参 玉ねぎ ちんげん菜 しょうゆ 昆布だし ・ミルク	全がゆ (7倍がゆ程度) 豆腐と野菜のきざみ煮 豆腐(冷) 40 g とうがん 人参 玉ねぎ } 25 しょうゆ 昆布だし ・ミルク	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 及びロールパン●(1/4こ) 豆腐と野菜の煮物 豆腐(冷) 45 g とうがん 人参 玉ねぎ } 30 しょうゆ だし汁 ・ミルク	ロールパン とうがんのスープ 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 ・シーチキン 15 g とうがん 人参 玉ねぎ } 40 ちんげん菜 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。				

6・27(水)

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) 豆腐と野菜のすりつぶし煮 ・充てん豆腐 人参 きゃべつ 小松菜 玉ねぎ 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 人参 きゃべつ 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) 鮭と野菜の煮物 生鮭 15 g 人参 きゃべつ 小松菜 } 30 しょうゆ だし汁	梅ごはん 鮭のおろし焼 煮びたし 「細かく切る」 すまし汁
3時	・ミルク	・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 20 g 水・油 野菜スープ ・牛肉 15 g 人参 きゃべつ 小松菜 玉ねぎ } 40 しょうゆ だし汁 3.1 100 ・ミルク	(6日) 別紙献立表による (27日) 牛乳 ハムチーズパンケーキ 【乳不使用】 「細かく切る」 ロースハム
「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・21(木)

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 じゃが芋 玉ねぎ 人参 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) 野菜のくず煮 じゃが芋 玉ねぎ 人参 } 25 g しょうゆ 昆布だし かたくり粉 卵黄マッシュ ・卵黄(固ゆで) 1個 昆布だし すまし汁 ちんげん菜 5 g しょうゆ 1 昆布だし 70 ・ミルク	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 じゃが芋 玉ねぎ 人参 } 30 砂糖 しょうゆ だし汁 かたくり粉 すまし汁 ちんげん菜 10 g しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	ごはん 中国風五目煮込み 「細かく切る」 牛肉 スープ 「細かく切る」 ちんげん菜 干しいたけ 「4cm位に切る」 はるさめ
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) 玉ねぎ 人参 } 40 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。				

8(金)

No.7

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 				

	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	<u>つ　ぶ　し　が　ゆ</u> (10倍がゆ程度) 野菜のすりつぶし煮	<u>全　　が　　ゆ</u> (7倍がゆ程度) <u>鮭(水煮)と野菜の</u> <u>き　ざ　み　煮</u>	<u>全　が　ゆ　～　軟　飯</u> (5倍がゆ～硬がゆ程度) 煮　　　　　　　物	<u>ハ　ヤ　シ　ラ　イ　ス</u>
	人参 きゃべつ 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし	・鮭(水煮)　12 g 人参　　} 25 きゃべつ　} しょうゆ 昆布だし	牛肉　　　　　15 g 人参　　} 30 きゃべつ　} 砂糖 しょうゆ だし汁	「細かく切る」 牛肉 マッシュルーム
3 時		<u>す　ま　し　汁</u>	<u>す　ま　し　汁</u>	<u>野　菜　い　た　め</u>
	・ミルク	玉ねぎ　　　5 g しょうゆ　　1 昆布だし　　70 ・ミルク	玉ねぎ　　　10 g しょうゆ　　3.1 だし汁　　　100 ・ミルク	「細かく切る」
	・ミルク	・ミルク	<u>凍　豆　腐　お　じ　や</u> 米　　　　　　30 g ・凍豆腐(粉)　6 人参　　} 40 きゃべつ　} 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	うどんと野菜の すりつぶし煮 干しうどん (ゆで) 玉ねぎ きゃべつ 人参 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 鶏肉と野菜の きざみ煮 鶏肉 15 g きゃべつ } 25 人参 } しょうゆ 昆布だし ・ミルク	煮込みうどん 干しうどん (ゆで) 45 g 玉ねぎ 10 しょうゆ だし汁 鶏肉と野菜の煮物 鶏肉 15 g きゃべつ } 30 人参 } しょうゆ だし汁 ・ミルク	ごはん(わかめ) かやくうどん 「4cm位に切る」 干しうどん きゃべつの甘酢煮 「細かく切る」
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 ・牛肉 15 g 玉ねぎ } 40 きゃべつ } 人参 } 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。				

13(水)

No.10

	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	豆腐と野菜のくず煮 ・充てん豆腐 かぼちゃ 人参 小松菜 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし かたくり粉	豆腐と野菜のくず煮 ・充てん豆腐 40 g かぼちゃ } 人参 } 25 小松菜 } しょうゆ 昆布だし かたくり粉	豆腐と野菜のくず煮 ・充てん豆腐 45 g かぼちゃ } 人参 } 30 小松菜 } しょうゆ だし汁 かたくり粉	カレースープ
		すまし汁 玉ねぎ 5 g しょうゆ 1 昆布だし 70	すまし汁 玉ねぎ 10 g しょうゆ 3.1 だし汁 100	切干大根の煮物 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	・ミルク	
	・ミルク	・ミルク	シーチキンおじや 米 30 g ・シーチキン 15 かぼちゃ } 人参 } 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。				

14(木)

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	全がゆ (7倍がゆ程度) 鶏肉と野菜の きざみ煮	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) ケチャップいため煮	ごはん 大豆のケチャップ いため煮
	・凍豆腐(粉) じゃが芋 人参 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし	・サラダチキン 15g じゃが芋 } 人参 } 30 玉ねぎ } しょうゆ 昆布だし	・サラダチキン 15g じゃが芋 } 人参 } 40 玉ねぎ } 油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁	「細かく切る」 大豆・ドライ
3時		みそ汁 ふ 1g みそ 1.5 昆布だし 70	みそ汁 ふ 1g みそ 4.2 だし汁 100	みそ汁 「細かく切る」 わかめ
	・ミルク	・ミルク	・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。		鮭(水煮)おじや 米 30g ・鮭(水煮) 15 人参 } 玉ねぎ } 40 しょうゆ だし汁 ・ミルク		別紙献立表 による

15(金)

No.12

	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 じゃが芋 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 } じゃが芋 } 25 しょうゆ 昆布だし	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 鮭(水煮)と野菜の 煮物 鮭(水煮) 15 g 人参 } じゃが芋 } 30 しょうゆ だし汁	ごはん コーンチャウダー いそ煮
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。			凍豆腐おじゃ 米 30 g ・凍豆腐(粉) 6 人参 } 玉ねぎ } 40 しょうゆ だし汁 ・ミルク

	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 じゃが芋 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 玉ねぎ } 25 人参 しょうゆ 昆布だし	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 凍豆腐と野菜の 煮物 ・凍豆腐(粉) 6g 玉ねぎ } 30 人参 しょうゆ だし汁	ごはん スパゲティ ミートソース風 「4cm位に切る」 スパゲティ じゃが芋のスープ 「細かく切る」 わかめ
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。			シーチキンおじや 米 30g ・シーチキン 15 玉ねぎ } 40 人参 しょうゆ だし汁 ・ミルク

19(火)

No.14

	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	<u>つぶしがゆ</u> (10倍がゆ程度) <u>野菜のすりつぶし煮</u>	<u>全 が ゆ</u> (7倍がゆ程度) <u>豆腐と野菜のきざみ煮</u>	<u>全 が ゆ ～ 軟 飯</u> (5倍がゆ～硬がゆ程度) <u>豆腐と野菜の煮物</u>	<u>ご は ん</u> <u>豚肉とゴーヤのみそいため</u>
	玉ねぎ 人参 ちんげん菜 しょうゆ 昆布だし	豆腐(冷) 40 g 玉ねぎ } 25 人参 しょうゆ 昆布だし	豆腐(冷) 45 g 玉ねぎ } 30 人参 しょうゆ だし汁	「細かく切る」 <u>ベークドポテト</u>
		<u>す ま し 汁</u> ちんげん菜 5 g しょうゆ 1 昆布だし 70	<u>す ま し 汁</u> ちんげん菜 10 g しょうゆ 3.1 だし汁 100	<u>す ま し 汁</u> 「細かく切る」 ちんげん菜
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	
3時	・ミルク	・ミルク	<u>全 が ゆ ～ 軟 飯</u> (5倍がゆ～硬がゆ程度) <u>ケチャップいため煮</u> ・鮭(水煮) 15 g 玉ねぎ } 40 人参 ちんげん菜 油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁 ・ミルク	<u>牛 乳</u> <u>ハ ム チ ー ズ</u> <u>パ ン ケ ー キ</u> <u>【乳不使用】</u> 「細かく切る」 ロースハム
「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。				

20(水)

No.15

	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) ミルク煮 玉ねぎ 人参 じゃが芋 小松菜 水 ・調製粉乳●	全がゆ (7倍がゆ程度) クリームシチュー 鶏肉 7g 玉ねぎ 5 バター● 1 水 ・調製粉乳● 10 上新粉 2 水 野菜のきざみ煮 人参 じゃが芋 小松菜 } 25g しょうゆ 昆布だし ・ミルク	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) クリームシチュー 鶏肉 7g 玉ねぎ 10 バター● 1.5 塩 少々 水 ・調製粉乳● 13 上新粉 3 水 煮物 人参 じゃが芋 小松菜 } 30g しょうゆ だし汁 ・ミルク	カレーライス 「細かく切る」 鶏肉 切干大根の煮物 「細かく切り煮る」
3時	・ミルク	・ミルク	肉おじや(みそ味) 米 30g ・牛肉 15 玉ねぎ 人参 } 40 小松菜 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) ミルク煮 とうがん ちんげん菜 人参 水 ・調製粉乳●	全がゆ (7倍がゆ程度) クリームシチュー 鶏肉 7g とうがん 5 バター● 1 水 ・調製粉乳● 10 上新粉 2 水 野菜のきざみ煮 ちんげん菜 } 25g 人参 しょうゆ 昆布だし ・ミルク	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) クリームシチュー 鶏肉 7g とうがん 10 バター● 1.5 塩 少々 水 ・調製粉乳● 13 上新粉 3 水 煮びたし ちんげん菜 } 30g 人参 しょうゆ だし汁 ・ミルク	ごはん 鶏肉のソース からあげ風 「1cm大に切る」 煮びたし 「細かく切る」 みそ汁 「細かく切る」 ミニ絹厚揚げ ・ミルク
3時	・ミルク	・ミルク	いためうどん ・干しうどん 20g ・豚肉 15 (ゆでる) とうがん ちんげん菜 } 40 人参 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。				