1・22(月) 令和7年9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	うどんと野菜の	煮 込 みうどん	ご は ん
	すりつぶし煮	きざみ煮		
11	・干しうどん	・干しうどん 15 g	・干しうどん 20 g	ちゃんぽん
11	きゃべつ 人参	小松菜 5	小松菜 10	「具は細かく切る」
	小松菜			「4cm位に切る」 中華めん
	しょうゆ	しょうゆ	しょうゆ	T # 4070
	昆布だし	昆布だし	だし汁	
		凍豆腐と野菜の	-tv	
		きざみ煮 (<u>煮</u> 物	<u>い そ 煮</u>
時		•凍豆腐(粉) 5g	豚肉 15 g	「細かく切る」
		きゃべつ 人参 } 25	きゃべつ 人参 30	
		しょうゆ 昆布だし	砂糖 しょうゆ だし汁	
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	
3	・ミルク	・ミルク	鮭(水煮)おじや	別紙献立表 による
時			米 30 g ・鮭(水煮) 15	, 514
	6か月頃(初期)の離乳食 めらかにすりつぶした状態			
* 離	進めます。 !乳食を作る際の量は、記詞	載してある材料で野菜合	きゃべつ 人参 40 小松菜	
度•	0g程度・豆腐25g、凍豆腐 調製粉乳7g・干しうどん(d			
	→11か月頃(後期)のだし !乳食人数・内容により昆布		しょうゆ	
合か	ほれ良人数・内谷により此年 あります。 了期の食事について」	」∨ノ勿口 С() y ソみし∇ノ勿	だし汁	
*7	」 知の反手にしい プーンでつぶせないもの <i>に</i> !類は1cm程度に切ります。	は細かく切ります。		
*野	菜は細かく切りますが、ス 参・玉ねぎ・じゃが芋・大根			
提供	することもあります。 類は4cm程度に切ります。	2 (3/15/2 / 5/6/		
	んご・梨はスライスして煮ま	:す。 	・ミルク	

2(火)・10(水)

No.2

				No.2
	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)
	0 N 73 区十N 79	(291/	(12/791)	(10時) 牛乳·菓子
	つぶしがゆ	全 が ゆ	全がゆ~軟飯	ご は ん
	(10倍がゆ程度)	(7倍がゆ程度)	(5倍がゆ~硬がゆ程度)	
	豆腐と野菜の	<u>豆腐と野菜の</u> くず煮		<u>ハムと野菜の</u> カレー煮
11		((
	・充てん豆腐	・充てん豆腐 40 g	●・充てん豆腐 ■ 45 g	「細かく切る」
	玉ねぎ		エルギー)	
	かぼちゃ はくさい	│玉ねぎ	∥ 玉ねぎ } 30 │ ∥ かぼちゃ } 30 │	
	しょうゆ	しょうゆ	しょうゆ	
時	昆布だし かたくり粉	昆布だし かたくり粉	だし汁 かたくり粉	
		すまし汁	すまし汁	ス ー プ
		(はくさい 5 g	はくさい 10 g	「細かく切る」
		 しょうゆ 1	 しょうゆ 3.1	
		昆布だし 70	だし汁 100	
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	
3	・ミルク	・ミルク	かぼちゃのお焼	別紙献立表
時			・ケーキミックス粉 20 g	による
<u> </u>		J	かぼちゃ(ゆでる)	
*な	6か月頃(初期)の離乳食 めらかにすりつぶした状態	· -	20 水 ・油	
*離	めます。 !乳食を作る際の量は、記		野菜スープ	
度∙詞	0g程度・豆腐25g、凍豆腐 調製粉乳7g・干しうどん(ぬ			
す。 「9~	- -11か月頃(後期)のだし	について」	・豚肉 15 g	
*離	〔乳食人数・内容により昆布 ぶあります。	-	玉ねぎ } 30	
「完	了 男の食事について」 プーンでつぶせないもの <i>に</i>	ナ細かく切ります		
* 肉]類は1cm程度に切ります。 う菜は細かく切りますが、ス		しょうゆ 3.1 だし汁 100	
(人	参・玉ねぎ・じゃが芋・大根			
*麺	さすることもあります。 「類は4cm程度に切ります。			
*9,	んご・梨はスライスして煮ま	す。	・ミルク	

3(水)・16(火)

								No	0.3
	5、6か月頃(初期)	7、8か月頃				9~11か月頃		12~18か月頃	
	5 か月後半から		(中期)		(俊:	(後期)		(完了期)	
							(10時)	牛乳·菓子	-
	つぶしがゆ	全	が	ゆ	全がゆ	~ 軟 飯	لآ	は	ん
	(10倍がゆ程度)		倍がゆ程度		(5倍がゆ~	便がゆ程度)			
11	異数のよりへ ごご考		(煮)と野 き ざ み		煮	物	32 4	- マジ ね シィ 戸	नं प्रतिस
	<u>野菜のすりつぶし煮</u> ✓		<u> </u>	/	<u>祝</u> (190	(24-	<u>-ジャン</u> 国	乙烷
	きゃべつ	•鮭(水煮)	12 g	豚肉	15 g	「細カ	く切る」	
	ちんげん菜 人参	# + & x	べつ)		きゃべつ)			
	八 <u>〜</u> 玉ねぎ		、) げん菜 }:	25	ちんげん				
		人参			人参	J			
	しょうゆ 昆布だし				砂糖				
時		しょう	ゆ		しょうゆ				
		昆布	だし		だし汁				
							NI 23	» –	
					`		<u>汁 ビ</u>	<u> ー フ</u>	<u>ン</u>
		す	まし	汁	す ま	し汁	(「4cm√	位に切る.	
			٦.»	_	T 1- 4"	1.0		ーフン	_
		玉ね	3	5 g	玉ねぎ	10 g			
		しょう		1	しょうゆ	3.1			
		昆布	だし゛	70	だし汁	100			
	5 . k		2		3 . E				
	・ミルク	・ミル			<u>・ミルク</u> 凍 豆 腐	<i>स</i> ः ॥ क	口门叉仗品	献立表	
3	・ミルク	・ミル	9			おしゃ		₩ユ衣 よる	
時					米	30 g	, _		
ΓĘ	6か月頃(初期)の離乳食	トニついて	٠,		•凍豆腐®	粉) 6			
*な	めらかにすりつぶした状態			みなが	きゃべつ)			
	めます。 揺乳食を作る際の量は、記	載] てある	材料で野	並合	ちんげん	菜 10			
計2	Og程度・豆腐25g、凍豆腐	第3g又は自	白身魚10g	:程	人参 玉ねぎ	10			
度・ す。	調製粉乳7g・干しうどん(ダ) 24gを	を使用して	いま	工445	J			
[g-	~11か月頃(後期)のだし	-	_	0.15					
	ŧ乳食人数・内容により昆れ ぶあります。	巾の場合と	けすりぶし	/の場	しょうゆ				
「完	了期の食事について」	. 1. √m 2 . → 1=	nn + +		だし汁				
	プーンでつぶせないものり 見類は1cm程度に切ります。	よ細かくり	ります。						
*野	ア菜は細かく切りますが、 ス								
	参・玉ねぎ・じゃが芋・大根 きすることもあります。	:・スントはちゃ	・寺)はて0	ノよま					
* 麺	類は4cm程度に切ります。	·- - -							
*り	んご・梨はスライスして煮ま	9 0			・ミルク				

4・18(木)

8か月頃 (中期) が ゆ がゆ程度) ムシチュー 7g ・ 5	(5倍がゆ〜硬がゆ程度	- ごま味スープ
がゆ程度) ムシチュー 7g	(5倍がゆ〜硬がゆ程度 クリームシチュー 鶏肉 7 g	i ご は ん
がゆ程度) ムシチュー 7g	(5倍がゆ〜硬がゆ程度 クリームシチュー 鶏肉 7 g	· ごま味スープ
7 g	第肉 7 g	
5		「細かく切る」
	玉ねぎ 10	
• 1		
	バター● 1.5 塩 少々	
計● 10 分 2	水 ・調製粉乳● 13 「上新粉 3 水	
Dきざみ煮	煮びたし	肉じゃが
ん草 子 ²⁵	人参 大根 ほうれん草 じゃが芋	「細かく切る」 牛肉
りごし	しょうゆ だし汁	
,	•	 i
様子をみなが	・シーチキン	「具は細かく切る」
才料で野菜合 身魚10g程 使用していま ナずりぶしの場	玉ねぎ 人参 大根	「4cm位に切る」 中華めん
ります。 りぶせるもの 等) はそのまま	油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁	
	2 10 2 3 25 本 本 本 本 本 本 本 本 な な な な な な な な な な な な な	● 10

5.19(金)

	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 め (7倍がゆ程度)	全 が ゆ ~ 軟 飯 (5倍がゆ~硬がゆ程度)	
	魚と野菜のくず煮	魚と野菜のくず煮	魚と野菜のくず煮	<u>白 身 魚 の</u> ケチャップあん
11	カラスガレイ	カラスガレイ 15 g	カラスガレイ 15 g	「細かく切る」 ピーマン
	人参 玉ねぎ 小松菜	人参 玉ねぎ 小松菜 } 30	人参 玉ねぎ 小松菜 } 40	
時	しょうゆ 昆布だし かたくり粉	しょうゆ 昆布だし かたくり粉	しょうゆ だし汁 かたくり粉	
		<u>み</u> そ 汁	· <u>み</u> そ 汁	みそ汁
		(•& 1 g	(·\$ 1 g	「細かく切る」
		みそ 1.5 昆布だし 70	みそ 4.2 だし汁 100	
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	
3	・ミルク	・ミルク	肉おじゃ	/
時			* 30 g	による
	6か月頃(初期)の離乳食		•牛肉 15	
ら進 *離 計20	めらかにすりつぶした状態めます。 終乳食を作る際の量は、記述の食を作る際の量は、記述の	載してある材料で野菜合 f3g又は白身魚10g程	【 人参 玉ねぎ 小松菜 】 40	
す。 「 9~ *離	調製粉乳7g・干しうどん(め ~11か月頃(後期)のだし ほ乳食人数・内容により昆布	について」	しょうゆ だし汁	
「完 *ス	あります。 了期の食事について」 プーンでつぶせないもの <i>に</i> 類は1cm程度に切ります。	は細かく切ります。		
*野 (人))類は10m程度に90ります。 う菜は細かく切りますが、ス 参・玉ねぎ・じゃが芋・大根 ごすることもあります。			
* 麺	i類は4cm程度に切ります。 んご・梨はスライスして煮ま	.	・ミルク	

6•20(土)

	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) 鮭(水煮)と野菜の きざみ煮	(5倍がゆ〜硬がゆ程度)	ご は ん かぼちゃと肉の い た め 煮
11 時	かぼちゃ 人参 玉ねげん菜 しょうゆ 昆布だし	・鮭(水煮) 12 g かぼちゃ 人参 と 25 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし	牛肉 15 g かぼちゃ 人参 玉 砂糖 しょうゆ だし汁	「細かく切る」 牛肉 三度豆
		みそ升ちんげん菜5 gみそ1.5昆布だし70		<u>み</u> そ 汁 「細かく切る」 ちんげん菜
3	・ミルク・ミルク	・ミルク・ミルク	・ミルク シーチキンお じ や	別紙献立表
時 「* 6*計度す「*合「***(提来 ・ 6 * 8 * 1 * 1 * 2 * 1 * 1 * 2 * 1 * 2 * 1 * 2 * 1 * 2 * 1 * 2 * 2	6か月頃(初期)の離乳食からかにすりつぶした状態からかにすりつぶした状態がます。 (到食を作る際の量は、豆腐の程度・豆腐25g、凍豆腐調製粉乳7g・干しうどん(必ず)を入数・内容により昆布があります。 ア期の食事について」でいる。 では1cm程度に切りますが、大根をではいるでででででででででででででででででででででででででいる。 でででででででいるができます。 ででででででででいるができます。 でででででできます。 にはない。これで、これで、これで、これで、これで、これで、これで、これで、これで、これで、	について」 まで子どもの様子をみなが 載してある材料で野菜合 f3g又は白身魚10g程 ゆで)24gを使用していま について」 この場合とけずりぶしの場 は細かく切ります。 プーンでつぶせるもの ・かぼちゃ等)はそのまま	米 30 g ・シーチキン 15	による

8•29(月)

	••••			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
	うどんと野菜の			イエローロール
	・干しうどん	・干しうどん 15 g		<u>しょうゆ 味 の</u> スパゲティ
11	玉ねぎ 人参	人参 5	人参 10	「具は細かく切る」
	ちんげん菜	1 , 2, 4	1 . 2 . 4	「4cm位に切る」 スパゲティ
	しょうゆ 昆布だし	しょうゆ 昆布だし	しょうゆ だし汁	
時		鮭(水煮)と野菜の		
		きざみ煮	煮物	スープ
		・鮭(水煮) 12 g	豚肉 15 g	「細かく切る」
		ちんげん菜 玉ねぎ 25	ちんげん菜 玉ねぎ 30	
		しょうゆ 昆布だし	しょうゆ だし汁	
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	
3	・ミルク	・ミルク	肉おじや(みそ味)	別紙献立表による
時 -			米 ·牛肉 30 g	
*な ら進 *離	6か月頃(初期)の離乳食 めらかにすりつぶした状態 めます。 !乳食を作る際の量は、記 0g程度・豆腐25g、凍豆腐	まで子どもの様子をみなが 載してある材料で野菜合	玉ねぎ 人参 ちんげん菜	
す。 「 9~ ※離	調製粉乳7g・干しうどん(ら ~11か月頃(後期)のだし !乳食人数・内容により昆布	について」	みそ 2.5 だし汁	
「完 *ス	ぶります。 了期の食事について」 プーンでつぶせないものり]類は1cm程度に切ります。	は細かく切ります。		
*野 (人 提供	菜は細かく切りますが、ス 参・玉ねぎ・じゃが芋・大根 さすることもあります。			
	ĭ類は4㎝程度に切ります。 んご・梨はスライスして煮ま	きす。	・ミルク	

9(火)

								No	.8	
	5、6か月頃(初期)	7、8か月 (中期		頃 9~11か月頃 (後期)				~18か (完了期		
	5 か月後半から	(中朔)	(1)	. அ /	(10				
		4			tit Assa			牛乳・		
	つ ぶ し が ゆ (10倍がゆ程度)	全 が (7倍がゆれ 鶏 肉 と 野		全がゆ (5倍がゆ〜	軟飯硬がゆ程度)	<u> </u>	ヨ	たき		飯_
	野菜のすりつぶし煮	きざ	み煮	煮	物	五.	目	٧١	た	め
11	人参きゃべつ	鶏肉	15 g	鶏肉	15 g	「糸	田カュ	く切る	o]	
	小松菜	人参 きゃべつ 小松菜		人参 きゃべつ 小松菜	} 30					
時	昆布だし	しょうゆ 昆布だし		しょうゆ だし汁						
		み そ さつま芋 みそ 昆布だし	升 5 g 1.5 70	<u>み</u> さつま芋 みそ だし汁	そ 汁 10g 4.2 100	 「斜	田カ ゝ つカ ^ゝ	<u>そ</u> く切る いめ		汁
	・ミルク	・ミルク		・ミルク						
3	・ミルク	・ミルク		•)おじや	別			₹	
時 一	 	7-2127		────────────────────────────────────	30 g 気) 15		に	よる		
*な ら進 計2	、めらかにすりつぶした状態 めます。 軽乳食を作る際の量は、記 0g程度・豆腐25g、凍豆腐 調製粉乳7g・干しうどん(は	で子どもの様子 載してある材料で 53g又は白身魚1	野菜合 Og程	人参 きゃべつ 小松菜 さつま芋	(40					
「9~ ※ 合力 「完	→11か月頃(後期)のだし 注乳食人数・内容により昆布 あります。 了期の食事について」 プーンでつぶせないものに	うの場合とけずり、		しょうゆ だし汁						
* * (人提供	国類は1cm程度に切ります。 P菜は細かく切りますが、ス 参・玉ねぎ・じゃが芋・大根 はすることもあります。 種類は4cm程度に切ります。	プーンでつぶせん	るもの							
	んご・梨はスライスして煮ま	す。		・ミルク						

11・25(木)

	• • •					No.9
	5、6か月頃(初期)	7、8か月頃 (中期)		9~11カ (後其		12~18か月頃 (完了期)
	5か月後半から	(中朔)		(1)	/ 1/	(元 J 朔) (10時) 牛乳·菓子
	., ,	1 ^ >>		A 29 . 1	-tot. An→	
		全 が (7倍がゆ程度)	ゆ	全 が ゆ ′ (5倍がゆ~硬		ごはん(しそふりかけ)
11	(10倍がゆ程度)	(7)信仰"炒住及)		(3倍/3/9/~例	ピがツ住及)	
11	野菜のすりつぶした	煮 野菜のきざみ	煮	煮	物	牛肉のスープ
	玉ねぎ	玉ねぎ 〕		牛肉	12 g	
	人参	∥ 人参 }30	g		12 8	
	ちんげん菜	▍ ちんげん菜∫		玉ねぎ	10	
		しょうゆ		人参 ちんげんst	支 \ 40	
	しょうゆ	昆布だし)	
時	昆布だし 			砂糖 しょうゆ		
,		卵黄マッシ	ユ	だし汁		
		(・卵黄(固ゆで)	$ \ $			
		1個				
		昆布だし				
		<u>すまし</u>	<u>汁</u>	す ま	し汁	切干しソテー
		豆腐(冷) 5	g	豆腐(冷)	10 g	「細かく切る」
						//H// ()/ @]
		 □ しょうゆ 1 □ 昆布だし 70		しょうゆ だし汁	3.1 100	
				70011	100	
				•		
	・ミルク	・ミルク		・ミルク		
3	・ミルク	・ミルク		いため	うどん	
時				・干しうどん) 20 g	による
	_		=	・シーチキ		
	6か月頃(初期)の離乳 こめらかにすりつぶした場	.食について」 :能で子どもの様子をみな	が	()ふ~~7)	15	
ら進	めます。			(ゆでる) 玉ねぎ)	
		記載してある材料で野菜行 【腐3g又は白身魚10g程	<u> </u>	人参	<u>}</u> } 40	
度・ す。	調製粉乳7g・干しうどん	(ゆで)24gを使用している	ŧ	ちんげん勃		
Γg-	~11か月頃(後期)のだ	-				
	鮮乳食人数・内容により鼠 ぶあります。	と布の場合とけずりぶしの	場	油したが		
「完	了期の食事について」	ひけることにはよる		しょうゆ		
* 肉	プーンでつぶせないもの 対類は1cm程度に切ります	•				
		スプーンでつぶせるもの 根・かぼちゃ等) はそのま	_事			
提供	さすることもあります。		5			
	■類は4㎝程度に切ります んご・梨はスライスして煮	=		23 4		
l	,	, 9		・ミルク		

12・26(金)

				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)
	ひがり後十かり	(丁朔)	(収別)	(10時) 牛乳·菓子
	つぶしがゆ	全 が ゆ	全がゆ~軟飯	
	(10倍がゆ程度)	(7倍がゆ程度)	(5倍がゆ~硬がゆ程度)	<u> </u>
	│ │ 魚と野菜のくず煮	│ │ 魚と野菜のくず煮	 魚と野菜のくず煮	まぐろの 揚 げ 煮
11	・カラスガレイ	- -カラスガレイ 15 g	・カラスガレイ 15 g	
	きゃべつ 人参 玉ねぎ	きゃべつ 人参 玉ねぎ 30	きゃべつ 人参 玉ねぎ } 40	いためサラダ
rt-	しょうゆ 昆布だし かたくり粉	しょうゆ 昆布だし かたくり粉	しょうゆ だし汁 かたくり粉	「細かく切る」
時				
		みそ汁	み そ 汁	みそか
		(\$ 1 g	\$ 1 g	「細かく切る」
		みそ 1.5 昆布だし 70	わかめ 0.2 「細かく切って やわらかく煮る みそ 4.2 だし汁 100	わかめ
	・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)	別紙献立表 による
「5、 *な ら進	 6か月頃(初期)の離乳食 からかにすりつぶした状態 めます。	で子どもの様子をみなが	ケチャップいため煮 (・サラダチキン 15 g	
*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」			きゃべつ 人参 玉ねぎ } 40	
*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。			油 砂糖 しょうゆ	
* 肉 * 野 (人)	目類は1cm程度に切ります。 P菜は細かく切りますが、ス 参・玉ねぎ・じゃが芋・大根 にすることもあります。	プーンでつぶせるもの	トマトケチャップ だし汁	
* 麺	ですることののかます。 重類は4cm程度に切ります。 んご・梨はスライスして煮ま	: -}-		
本り	ルニ [・] 米はヘノ1人しし想は	. 9 0	・ミルク	

13・27(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
	つ ぶ し が ゆ (10倍がゆ程度) 凍 豆 腐 と 野 菜 の く ず 煮	(7倍がゆ程度)	(5倍がゆ~硬がゆ程度)	<u>大</u> 豆 の <u>キーマカレー</u>
11	・凍豆腐(粉)玉ねぎ 人参 じゃが芋	・凍豆腐(粉) 5 g 玉ねぎ 人参 じゃが芋 25	・凍豆腐(粉) 6 g 玉ねぎ 人参 じゃが芋 30	
時	ちんげん菜 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	しょうゆ 昆布だし かたくり粉	しょうゆ だし汁 かたくり粉	
		すまし計 ちんげん菜 5 g しょうゆ 1 昆布だし 70		す ま し 汁
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	
3 時	・ミルク	・ミルク	<u>鮭(水煮)おじや</u> 米 30 g	別紙献立表による
*ら*計度す「*合「***(提*な進離2・。~離が完ス肉野人供麹	6か月頃(初期)の離乳食 めらかにすりつぶした状態 めます。 到食を作る際の量は、記 のg程度・豆腐25g、凍豆腐 調製粉乳7g・干しうどん(を 一11か月頃(後期)のだし 乳食人数・内容により昆す があります。 ア期の食事について」 プサンでつるでしないものと があります。 アカッとでつないもず。 ではは細かく切りますが、大根 はないれぎ・じゃが芋・大根 はすることもあります。 種類は4cm程度に切ります。 が類は4cm程度に切ります。 とすることもあります。	まで子どもの様子をみなが 載してある材料で野菜合 ま3g又は白身魚10g程 ゆで)24gを使用していま について」 いの場合とけずりぶしの場 は細かく切ります。 プーンでつぶせるもの ・かぼちゃ等)はそのまま	・鮭(水煮) 15 人参 玉ねげん菜 40 しょうゆ だし汁	

17(水)・30(火)

				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
	つぶしがゆ			ご は ん
	(10倍がゆ程度) 凍 豆 腐 と 野 菜 の	(7倍がゆ程度) 凍 豆 腐 と 野 菜 の	(5倍がゆ〜硬がゆ程度) 凍豆腐と野菜の	
	くず煮	くず煮		さばのみそ煮
11	・凍豆腐(粉)		•凍豆腐(粉) 6 g	
	きゃべつ 小松菜	きゃべつ 小松菜 } 25	きゃべつ 小松菜 } 30	
	大根 			<u>煮 び た し</u>
	しょうゆ	しょうゆ 昆布だし	しょうゆ だし汁	「細かく切る」
時	昆布だし	かたくり粉	かたくり粉	
时	かたくり粉			
		み そ 汁	みそ汁	み そ 汁
		大根 5g	大根 10g	「細かく切る」
				えのきたけ
		みそ 1.5 昆布だし 70	みそ 4.2 だし汁 100	
			72311	
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	
3	・ミルク	・ミルク	いためうどん	
時			・干しうどん 20 g	による
	6か月頃(初期)の離乳食	-	・サラダチキン 15	
ら進	めらかにすりつぶした状態 めます。		(ゆでる) きゃべつ)	
計2	〔乳食を作る際の量は、記 Og程度・豆腐25g、凍豆腐	53g又は白身魚10g程	小松菜	
す。	調製粉乳7g・干しうどん(ら	_	大根	
*離	~11か月頃(後期)のだし 〔乳食人数・内容により昆布		 油	
「完	ぶあります。 了期の食事について」		しょうゆ	
* 肉	プーンでつぶせないもの/]類は1cm程度に切ります。		,	
(人	・菜は細かく切りますが、ス 参・玉ねぎ・じゃが芋・大根			
* 麺	することもあります。 種は4cm程度に切ります。			
*9.	んご・梨はスライスして煮ま	す。	・ミルク	

24(水)

	(/ • //			No. 1	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	
	つぶしがゆ	全 が ゆ	全がゆ~軟飯	ごは	ん
	(10倍がゆ程度)	(7倍がゆ程度)	(5倍がゆ〜硬がゆ程度)		
	野菜のすりつぶし煮	鶏肉と野菜のきざみ煮	煮物	 五 目 い た	め
11	(_
	人参 きゃべつ	鶏肉 15 g	鶏肉 15 g	「細かく切る」	
	小松菜	人参	人参		
		きゃべつ > 25	きゃべつ 30		
	しょうゆ	小松菜	小松菜		
	昆布だし	1 - > 1	1 - > 1		
		しょうゆ 昆布だし	しょうゆ だし汁		
時			()		
		みそ汁	みそ汁	みそ	汁
		<u>* * * * * * * * * * * * * * * * * * * </u>	ナヘナギ 10 ~		
		さつま芋 5g	さつま芋 10 g		
		みそ 1.5	みそ 4.2		
		昆布だし 70	だし汁 100		
	・ミルク	・ミルク	・ミルク		
3	・ミルク	・ミルク	肉おじや(みそ味)	別紙献立表	
時				による	
11			米 30 g •豚肉 15		
「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。			人参 きゃべつ ₄₀		
*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			小松菜		
度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用していま			さつま芋		
す。 「9~11か月頃(後期)のだしについて」			みそ 2.5		
*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。			だし汁		
「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。			,Silvit		
ー グルレー 木はハノコハレ C 忽 よ y 。			・ミルク		