

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)<br>5か月後半から                                            | 7、8か月頃<br>(中期)                                                                                                                 | 9～11か月頃<br>(後期)                                                                                                   | 12～18か月頃<br>(完了期)                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                  |                                                                                                                                |                                                                                                                   | (10時) 牛乳・菓子                                                      |
| 11時                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | うどんと野菜の<br>すりつぶし煮<br>・干しうどん<br>きゃべつ<br>人参<br>小松菜<br>しょうゆ<br>昆布だし | うどんと野菜の<br>きざみ煮<br>・干しうどん 15 g<br>小松菜 5<br>しょうゆ<br>昆布だし<br>凍豆腐と野菜の<br>きざみ煮<br>・凍豆腐(粉) 5 g<br>きゃべつ } 25<br>人参 }<br>しょうゆ<br>昆布だし | 煮込みうどん<br>・干しうどん 20 g<br>小松菜 10<br>しょうゆ<br>だし汁<br>煮物<br>豚肉 15 g<br>きゃべつ } 30<br>人参 }<br>砂糖<br>しょうゆ<br>だし汁<br>・ミルク | ごはん<br>ちゃんぽん<br>「具は細かく切る」<br>「4cm位に切る」<br>中華めん<br>いそ煮<br>「細かく切る」 |
| 3時                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | ・ミルク                                                             | ・ミルク                                                                                                                           | 鮭(水煮)おじゃ<br>米 30 g<br>・鮭(水煮) 15<br>きゃべつ } 40<br>人参 }<br>小松菜 }<br>しょうゆ<br>だし汁<br>・ミルク                              | 別紙献立表<br>による                                                     |
| <b>「5、6か月頃(初期)の離乳食について」</b><br>＊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。<br>＊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。<br><b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b><br>＊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。<br><b>「完了期の食事について」</b><br>＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。<br>＊肉類は1cm程度に切ります。<br>＊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。<br>＊麺類は4cm程度に切ります。<br>＊りんご・梨はスライスして煮ます。 |                                                                  |                                                                                                                                |                                                                                                                   |                                                                  |

## 2(火)・10(水)

|     | 5、6か月頃(初期)<br>5か月後半から                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 7、8か月頃<br>(中期)                                                                                                      | 9～11か月頃<br>(後期)                                                                                                           | 12～18か月頃<br>(完了期)                                                                                                                        |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                     |                                                                                                                           | (10時) 牛乳・菓子                                                                                                                              |
| 11時 | <b>つぶしがゆ</b><br>(10倍がゆ程度)<br><b>豆腐と野菜の</b><br><b>くず煮</b><br>・充てん豆腐<br>玉ねぎ<br>かぼちゃ<br>はくさい<br>しょうゆ<br>昆布だし<br>かたくり粉                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>全がゆ</b><br>(7倍がゆ程度)<br><b>豆腐と野菜の</b><br><b>くず煮</b><br>・充てん豆腐 40 g<br>玉ねぎ } 25<br>かぼちゃ }<br>しょうゆ<br>昆布だし<br>かたくり粉 | <b>全がゆ～軟飯</b><br>(5倍がゆ～硬がゆ程度)<br><b>豆腐と野菜の</b><br><b>くず煮</b><br>・充てん豆腐 45 g<br>玉ねぎ } 30<br>かぼちゃ }<br>しょうゆ<br>だし汁<br>かたくり粉 | <b>ごはん</b><br><b>ハムと野菜の</b><br><b>カレー煮</b><br>「細かく切る」                                                                                    |
| 3時  | ・ミルク                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>すまし汁</b><br>はくさい 5 g<br>しょうゆ 1<br>昆布だし 70<br>・ミルク                                                                | <b>すまし汁</b><br>はくさい 10 g<br>しょうゆ 3.1<br>だし汁 100<br>・ミルク                                                                   | <b>スープ</b><br>「細かく切る」                                                                                                                    |
|     | <b>「5、6か月頃(初期)の離乳食について」</b><br>＊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。<br>＊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。<br><b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b><br>＊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。<br><b>「完了期の食事について」</b><br>＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。<br>＊肉類は1cm程度に切ります。<br>＊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。<br>＊麺類は4cm程度に切ります。<br>＊りんご・梨はスライスして煮ます。 |                                                                                                                     |                                                                                                                           | <b>かぼちゃのお焼</b><br>・ケーキミックス粉 20 g<br>かぼちゃ(ゆでる) 20<br>水・油<br><b>野菜スープ</b><br>・豚肉 15 g<br>玉ねぎ } 30<br>はくさい }<br>しょうゆ 3.1<br>だし汁 100<br>・ミルク |
|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                     |                                                                                                                           | 別紙献立表による                                                                                                                                 |

# 3(水)・16(火)

No.3

|     | 5、6か月頃(初期)<br>5か月後半から                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 7、8か月頃<br>(中期)                                                                                                 | 9～11か月頃<br>(後期)                                                                                                                                       | 12～18か月頃<br>(完了期)                                                                              |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                |                                                                                                                                                       | (10時) 牛乳・菓子                                                                                    |
| 11時 | <b>つぶしがゆ</b><br>(10倍がゆ程度)<br><b>野菜のすりつぶし煮</b><br>きゃべつ<br>ちんげん菜<br>人参<br>玉ねぎ<br>しょうゆ<br>昆布だし                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>全がゆ</b><br>(7倍がゆ程度)<br><b>鮭(水煮)と野菜の<br/>きざみ煮</b><br>・鮭(水煮) 12 g<br>きゃべつ<br>ちんげん菜 } 25<br>人参<br>しょうゆ<br>昆布だし | <b>全がゆ～軟飯</b><br>(5倍がゆ～硬がゆ程度)<br><b>煮物</b><br>豚肉 15 g<br>きゃべつ<br>ちんげん菜 } 30<br>人参<br>砂糖<br>しょうゆ<br>だし汁<br><b>すまし汁</b><br>玉ねぎ 5 g<br>しょうゆ 1<br>昆布だし 70 | <b>ごはん</b><br><b>ジャージャン豆腐</b><br>「細かく切る」<br><b>汁ビーフン</b><br>「4cm位に切る」<br>ビーフン                  |
| 3時  | ・ミルク                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ・ミルク                                                                                                           | ・ミルク                                                                                                                                                  | 別紙献立表による                                                                                       |
|     | <b>「5、6か月頃(初期)の離乳食について」</b><br>＊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。<br>＊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。<br><b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b><br>＊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。<br><b>「完了期の食事について」</b><br>＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。<br>＊肉類は1cm程度に切ります。<br>＊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。<br>＊麺類は4cm程度に切ります。<br>＊りんご・梨はスライスして煮ます。 |                                                                                                                |                                                                                                                                                       | <b>凍豆腐おじや</b><br>米 30 g<br>・凍豆腐(粉) 6<br>きゃべつ<br>ちんげん菜 } 40<br>人参<br>玉ねぎ<br>しょうゆ<br>だし汁<br>・ミルク |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 5、6か月頃(初期)<br>5か月後半から                                   | 7、8か月頃<br>(中期)                                                                                                                    | 9～11か月頃<br>(後期)                                                                                                                          | 12～18か月頃<br>(完了期)                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                         |                                                                                                                                   |                                                                                                                                          | (10時) 牛乳・菓子                                  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | つぶしがゆ<br>(10倍がゆ程度)                                      | 全がゆ<br>(7倍がゆ程度)                                                                                                                   | 全がゆ～軟飯<br>(5倍がゆ～硬がゆ程度)                                                                                                                   | ごはん                                          |
| 11時                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | ミルク煮<br>玉ねぎ<br>人参<br>大根<br>ほうれん草<br>じゃが芋<br>水<br>・調製粉乳● | クリームシチュー<br>鶏肉 7g<br>玉ねぎ 5<br>バター● 1<br>水<br>・調製粉乳● 10<br>上新粉 2<br>水<br>野菜のきざみ煮<br>人参<br>大根<br>ほうれん草<br>じゃが芋 } 25<br>しょうゆ<br>昆布だし | クリームシチュー<br>鶏肉 7g<br>玉ねぎ 10<br>バター● 1.5<br>塩 少々<br>水<br>・調製粉乳● 13<br>上新粉 3<br>水<br>煮びたし<br>人参<br>大根<br>ほうれん草<br>じゃが芋 } 30<br>しょうゆ<br>だし汁 | ごま味スープ<br>「細かく切る」<br>肉じゃが<br>「細かく切る」<br>牛肉   |
| 3時                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | ・ミルク                                                    | ・ミルク                                                                                                                              | 全がゆ～軟飯<br>(5倍がゆ～硬がゆ程度)<br>ケチャップいため煮<br>・シーチキン 15g<br>玉ねぎ<br>人参<br>大根<br>ほうれん草<br>じゃが芋 } 40<br>油<br>砂糖<br>しょうゆ<br>トマトケチャップ<br>だし汁<br>・ミルク | 牛乳<br>焼きそば<br>「具は細かく切る」<br>「4cm位に切る」<br>中華めん |
| <p>「5、6か月頃(初期)の離乳食について」<br/>         ＊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。<br/>         ＊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。</p> <p>「9～11か月頃(後期)のだしについて」<br/>         ＊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。</p> <p>「完了期の食事について」<br/>         ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。<br/>         ＊肉類は1cm程度に切ります。<br/>         ＊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。<br/>         ＊麺類は4cm程度に切ります。<br/>         ＊りんご・梨はスライスして煮ます。</p> |                                                         |                                                                                                                                   |                                                                                                                                          |                                              |

5・19(金)

No.5

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 5、6か月頃(初期)<br>5か月後半から                                                                               | 7、8か月頃<br>(中期)                                                                                             | 9～11か月頃<br>(後期)                                                                                                  | 12～18か月頃<br>(完了期)                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                     |                                                                                                            |                                                                                                                  | (10時) 牛乳・菓子                                                         |
| 11時                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>つぶしがゆ</b><br>(10倍がゆ程度)<br><b>魚と野菜のくず煮</b><br>カラスガレイ<br>人参<br>玉ねぎ<br>小松菜<br>しょうゆ<br>昆布だし<br>かたくり粉 | <b>全がゆ</b><br>(7倍がゆ程度)<br><b>魚と野菜のくず煮</b><br>カラスガレイ 15 g<br>人参<br>玉ねぎ<br>小松菜 } 30<br>しょうゆ<br>昆布だし<br>かたくり粉 | <b>全がゆ～軟飯</b><br>(5倍がゆ～硬がゆ程度)<br><b>魚と野菜のくず煮</b><br>カラスガレイ 15 g<br>人参<br>玉ねぎ<br>小松菜 } 40<br>しょうゆ<br>だし汁<br>かたくり粉 | <b>ごはん(わかめ)</b><br><b>白身魚の</b><br><b>ケチャップあん</b><br>「細かく切る」<br>ピーマン |
| 3時                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | ・ミルク                                                                                                | <b>みそ汁</b><br>・ふ 1 g<br>みそ 1.5<br>昆布だし 70<br>・ミルク                                                          | <b>みそ汁</b><br>・ふ 1 g<br>みそ 4.2<br>だし汁 100<br>・ミルク                                                                | <b>みそ汁</b><br>「細かく切る」                                               |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | ・ミルク                                                                                                | ・ミルク                                                                                                       | <b>肉おじや</b><br>米 30 g<br>・牛肉 15<br>人参<br>玉ねぎ<br>小松菜 } 40<br>しょうゆ<br>だし汁<br>・ミルク                                  | 別紙献立表による                                                            |
| <b>「5、6か月頃(初期)の離乳食について」</b><br>＊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。<br>＊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。<br><b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b><br>＊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。<br><b>「完了期の食事について」</b><br>＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。<br>＊肉類は1cm程度に切ります。<br>＊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。<br>＊麺類は4cm程度に切ります。<br>＊りんご・梨はスライスして煮ます。 |                                                                                                     |                                                                                                            |                                                                                                                  |                                                                     |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 5、6か月頃(初期)<br>5 か月後半から                                                                          | 7、8か月頃<br>(中期)                                                                                                     | 9～11か月頃<br>(後期)                                                                                                | 12～18か月頃<br>(完了期)                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                 |                                                                                                                    |                                                                                                                | (10時) 牛乳・菓子                                                     |
| 11時                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>つぶしがゆ</b><br>(10倍がゆ程度)<br><b>野菜のすりつぶし煮</b><br>かぼちゃ<br>人参<br>玉ねぎ<br>ちんげん菜<br><br>しょうゆ<br>昆布だし | <b>全 が ゆ</b><br>(7倍がゆ程度)<br><b>鮭(水煮)と野菜の<br/>きざみ煮</b><br>・鮭(水煮) 12 g<br>かぼちゃ<br>人参<br>玉ねぎ } 25<br><br>しょうゆ<br>昆布だし | <b>全 が ゆ ～ 軟 飯</b><br>(5倍がゆ～硬がゆ程度)<br><b>煮 物</b><br>牛肉 15 g<br>かぼちゃ<br>人参<br>玉ねぎ } 30<br><br>砂糖<br>しょうゆ<br>だし汁 | <b>ご は ん</b><br><b>かぼちゃと肉の<br/>いため煮</b><br>「細かく切る」<br>牛肉<br>三度豆 |
| 3時                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | ・ミルク                                                                                            | <b>み そ 汁</b><br>ちんげん菜 5 g<br>みそ 1.5<br>昆布だし 70<br>・ミルク                                                             | <b>み そ 汁</b><br>ちんげん菜 10 g<br>みそ 4.2<br>だし汁 100<br>・ミルク                                                        | <b>み そ 汁</b><br>「細かく切る」<br>ちんげん菜                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | ・ミルク                                                                                            | ・ミルク                                                                                                               | <b>シーチキンおじや</b><br>米 30 g<br>・シーチキン 15<br>かぼちゃ<br>人参<br>玉ねぎ<br>ちんげん菜 } 40<br><br>しょうゆ<br>だし汁<br><br>・ミルク       | 別紙献立表<br>による                                                    |
| <b>「5、6か月頃(初期)の離乳食について」</b><br>＊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。<br>＊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。<br><b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b><br>＊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。<br><b>「完了期の食事について」</b><br>＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。<br>＊肉類は1cm程度に切ります。<br>＊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。<br>＊麺類は4cm程度に切ります。<br>＊りんご・梨はスライスして煮ます。 |                                                                                                 |                                                                                                                    |                                                                                                                |                                                                 |

8・29(月)

No.7

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 5、6か月頃(初期)<br>5か月後半から                                                     | 7、8か月頃<br>(中期)                                                                                                                                   | 9～11か月頃<br>(後期)                                                                                                                          | 12～18か月頃<br>(完了期)                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                           |                                                                                                                                                  |                                                                                                                                          | (10時) 牛乳・菓子                                                                                    |
| 11時                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>うどんと野菜の<br/>すりつぶし煮</b><br>・干しうどん<br>玉ねぎ<br>人参<br>ちんげん菜<br>しょうゆ<br>昆布だし | <b>うどんと野菜の<br/>きざみ煮</b><br>・干しうどん 15 g<br>人参 5<br>しょうゆ<br>昆布だし<br>鮭(水煮)と野菜の<br><b>きざみ煮</b><br>・鮭(水煮) 12 g<br>ちんげん菜 } 25<br>玉ねぎ }<br>しょうゆ<br>昆布だし | <b>煮込みうどん<br/>及びイエローロール●(1/3こ)</b><br>・干しうどん 20 g<br>人参 10<br>しょうゆ<br>だし汁<br>煮物<br>豚肉 15 g<br>ちんげん菜 } 30<br>玉ねぎ }<br>しょうゆ<br>だし汁<br>・ミルク | <b>イエローロール</b><br><b>しょうゆ味の<br/>スパゲティ</b><br>「具は細かく切る」<br>「4cm位に切る」<br>スパゲティ<br>スープ<br>「細かく切る」 |
| 3時                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | ・ミルク                                                                      | ・ミルク                                                                                                                                             | 肉おじや(みそ味)<br>米 30 g<br>・牛肉 15<br>玉ねぎ } 40<br>人参 }<br>ちんげん菜 }<br>みそ 2.5<br>だし汁<br>・ミルク                                                    | 別紙献立表<br>による                                                                                   |
| <b>「5、6か月頃(初期)の離乳食について」</b><br>＊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。<br>＊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。<br><b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b><br>＊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。<br><b>「完了期の食事について」</b><br>＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。<br>＊肉類は1cm程度に切ります。<br>＊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。<br>＊麺類は4cm程度に切ります。<br>＊りんご・梨はスライスして煮ます。 |                                                                           |                                                                                                                                                  |                                                                                                                                          |                                                                                                |

# 9(火)

No.8

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 5、6か月頃(初期)<br>5か月後半から                                                                      | 7、8か月頃<br>(中期)                                                                                                    | 9～11か月頃<br>(後期)                                                                                                             | 12～18か月頃<br>(完了期)                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                            |                                                                                                                   |                                                                                                                             | (10時) 牛乳・菓子                               |
| 11時                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>つぶしがゆ</b><br>(10倍がゆ程度)<br><b>野菜のすりつぶし煮</b><br><br>人参<br>きゃべつ<br>小松菜<br><br>しょうゆ<br>昆布だし | <b>全がゆ</b><br>(7倍がゆ程度)<br><b>鶏肉と野菜の<br/>きざみ煮</b><br><br>鶏肉 15 g<br><br>人参<br>きゃべつ<br>小松菜 } 25<br><br>しょうゆ<br>昆布だし | <b>全がゆ～軟飯</b><br>(5倍がゆ～硬がゆ程度)<br><b>煮物</b><br><br>鶏肉 15 g<br><br>人参<br>きゃべつ<br>小松菜 } 30<br><br>しょうゆ<br>だし汁                  | <b>マヨたきご飯</b><br><br>五目いため<br><br>「細かく切る」 |
| 3時                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | ・ミルク                                                                                       | ・ミルク                                                                                                              | ・ミルク<br><br><b>鮭(水煮)おじや</b><br><br>米 30 g<br>・鮭(水煮) 15<br><br>人参<br>きゃべつ<br>小松菜<br>さつま芋 } 40<br><br>しょうゆ<br>だし汁<br><br>・ミルク | 別紙献立表<br>による                              |
| <p><b>「5、6か月頃(初期)の離乳食について」</b><br/> *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。<br/> *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。</p> <p><b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b><br/> *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。</p> <p><b>「完了期の食事について」</b><br/> *スプーンでつぶせないものは細かく切ります。<br/> *肉類は1cm程度に切ります。<br/> *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。<br/> *麺類は4cm程度に切ります。<br/> *りんご・梨はスライスして煮ます。</p> |                                                                                            |                                                                                                                   |                                                                                                                             |                                           |

11・25(木)

No.9

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 5、6か月頃(初期)<br>5か月後半から                                                                       | 7、8か月頃<br>(中期)                                                                                                                                                                                                                   | 9～11か月頃<br>(後期)                                                                                                                                                                                                       | 12～18か月頃<br>(完了期)                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                       | (10時) 牛乳・菓子                                                                                             |
| 11時                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>つぶしがゆ</b><br>(10倍がゆ程度)<br><br><b>野菜のすりつぶし煮</b><br>玉ねぎ<br>人参<br>ちんげん菜<br><br>しょうゆ<br>昆布だし | <b>全がゆ</b><br>(7倍がゆ程度)<br><br><b>野菜のきざみ煮</b><br>玉ねぎ<br>人参<br>ちんげん菜 } 30 g<br><br>しょうゆ<br>昆布だし<br><br><b>卵黄マッシュ</b><br>・卵黄(固ゆで)<br>1個<br>昆布だし<br><br><b>すまし汁</b><br>豆腐(冷)      5 g<br><br>しょうゆ      1<br>昆布だし      70<br><br>・ミルク | <b>全がゆ～軟飯</b><br>(5倍がゆ～硬がゆ程度)<br><br><b>煮物</b><br>牛肉              12 g<br><br>玉ねぎ<br>人参<br>ちんげん菜 } 40<br><br>砂糖<br>しょうゆ<br>だし汁<br><br><b>すまし汁</b><br>豆腐(冷)      10 g<br><br>しょうゆ      3.1<br>だし汁      100<br><br>・ミルク | <b>ごはん(しそふりかけ)</b><br><br><b>牛肉のスープ</b><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><b>切干しソテー</b><br>「細かく切る」 |
| 3時                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | ・ミルク                                                                                        | ・ミルク                                                                                                                                                                                                                             | <b>いためうどん</b><br>・干しうどん    20 g<br>・シーチキン    15<br><br>(ゆでる)<br>玉ねぎ<br>人参<br>ちんげん菜 } 40<br><br>油<br>しょうゆ<br><br>・ミルク                                                                                                  | 別紙献立表<br>による                                                                                            |
| <b>「5、6か月頃(初期)の離乳食について」</b><br>＊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。<br>＊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。<br><b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b><br>＊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。<br><b>「完了期の食事について」</b><br>＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。<br>＊肉類は1cm程度に切ります。<br>＊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。<br>＊麺類は4cm程度に切ります。<br>＊りんご・梨はスライスして煮ます。 |                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                         |

|     | 5、6か月頃(初期)<br>5か月後半から                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 7、8か月頃<br>(中期)                                                              | 9～11か月頃<br>(後期)                                                            | 12～18か月頃<br>(完了期)                                                                                        |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                             |                                                                            | (10時) 牛乳・菓子                                                                                              |
|     | つぶしがゆ<br>(10倍がゆ程度)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 全がゆ<br>(7倍がゆ程度)                                                             | 全がゆ～軟飯<br>(5倍がゆ～硬がゆ程度)                                                     | ごはん                                                                                                      |
| 11時 | 魚と野菜のくず煮<br>・カラスガレイ<br>きゃべつ<br>人参<br>玉ねぎ<br>しょうゆ<br>昆布だし<br>かたくり粉                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 魚と野菜のくず煮<br>・カラスガレイ 15 g<br>きゃべつ<br>人参<br>玉ねぎ } 30<br>しょうゆ<br>昆布だし<br>かたくり粉 | 魚と野菜のくず煮<br>・カラスガレイ 15 g<br>きゃべつ<br>人参<br>玉ねぎ } 40<br>しょうゆ<br>だし汁<br>かたくり粉 | まぐろの揚げ煮<br>いためサラダ<br>「細かく切る」                                                                             |
|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | みそ汁                                                                         | みそ汁                                                                        | みそ汁                                                                                                      |
|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | ふ 1 g<br>みそ 1.5<br>昆布だし 70                                                  | ふ 1 g<br>わかめ 0.2<br>「細かく切って<br>やわらかく煮る」<br>みそ 4.2<br>だし汁 100               | 「細かく切る」<br>わかめ                                                                                           |
| 3時  | ・ミルク                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ・ミルク                                                                        | ・ミルク                                                                       | 別紙献立表による                                                                                                 |
|     | <b>「5、6か月頃(初期)の離乳食について」</b><br>＊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。<br>＊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。<br><b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b><br>＊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。<br><b>「完了期の食事について」</b><br>＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。<br>＊肉類は1cm程度に切ります。<br>＊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。<br>＊麺類は4cm程度に切ります。<br>＊りんご・梨はスライスして煮ます。 |                                                                             |                                                                            | <b>ケチャップいため煮</b><br>・サラダチキン 15 g<br>きゃべつ<br>人参<br>玉ねぎ } 40<br>油<br>砂糖<br>しょうゆ<br>トマトケチャップ<br>だし汁<br>・ミルク |

13・27(土)

No.11

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 5、6か月頃(初期)<br>5か月後半から                                                  | 7、8か月頃<br>(中期)                                                                                                                     | 9～11か月頃<br>(後期)                                                                                                                      | 12～18か月頃<br>(完了期) |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                        |                                                                                                                                    |                                                                                                                                      | (10時) 牛乳・菓子       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | つぶしがゆ<br>(10倍がゆ程度)<br>凍豆腐と野菜の<br>くず煮                                   | 全がゆ<br>(7倍がゆ程度)<br>凍豆腐と野菜の<br>くず煮                                                                                                  | 全がゆ～軟飯<br>(5倍がゆ～硬がゆ程度)<br>凍豆腐と野菜の<br>くず煮                                                                                             | 大豆の<br>キーマカレー     |
| 11時                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | ・凍豆腐(粉)<br><br>玉ねぎ<br>人参<br>じゃが芋<br>ちんげん菜<br><br>しょうゆ<br>昆布だし<br>かたくり粉 | ・凍豆腐(粉) 5g<br><br>玉ねぎ<br>人参<br>じゃが芋 } 25<br><br>しょうゆ<br>昆布だし<br>かたくり粉<br><br>すまし汁<br>ちんげん菜 5g<br><br>しょうゆ 1<br>昆布だし 70<br><br>・ミルク | ・凍豆腐(粉) 6g<br><br>玉ねぎ<br>人参<br>じゃが芋 } 30<br><br>しょうゆ<br>だし汁<br>かたくり粉<br><br>すまし汁<br>ちんげん菜 10g<br><br>しょうゆ 3.1<br>だし汁 100<br><br>・ミルク |                   |
| 3時                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | ・ミルク                                                                   | ・ミルク                                                                                                                               | 鮭(水煮)おじや<br>米 30g<br>・鮭(水煮) 15<br><br>人参<br>玉ねぎ<br>ちんげん菜 } 40<br><br>しょうゆ<br>だし汁<br><br>・ミルク                                         | 別紙献立表<br>による      |
| <b>「5、6か月頃(初期)の離乳食について」</b><br>＊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。<br>＊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。<br><b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b><br>＊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。<br><b>「完了期の食事について」</b><br>＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。<br>＊肉類は1cm程度に切ります。<br>＊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。<br>＊麺類は4cm程度に切ります。<br>＊りんご・梨はスライスして煮ます。 |                                                                        |                                                                                                                                    |                                                                                                                                      |                   |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 5、6か月頃(初期)<br>5か月後半から                                                                                   | 7、8か月頃<br>(中期)                                                                                         | 9～11か月頃<br>(後期)                                                                                              | 12～18か月頃<br>(完了期)                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                         |                                                                                                        |                                                                                                              | (10時) 牛乳・菓子                                                               |
| 11時                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>つぶしがゆ</b><br>(10倍がゆ程度)<br><b>凍豆腐と野菜のくず煮</b><br>・凍豆腐(粉)<br>きゃべつ<br>小松菜<br>大根<br>しょうゆ<br>昆布だし<br>かたくり粉 | <b>全がゆ</b><br>(7倍がゆ程度)<br><b>凍豆腐と野菜のくず煮</b><br>・凍豆腐(粉) 5g<br>きゃべつ<br>小松菜 } 25<br>しょうゆ<br>昆布だし<br>かたくり粉 | <b>全がゆ～軟飯</b><br>(5倍がゆ～硬がゆ程度)<br><b>凍豆腐と野菜のくず煮</b><br>・凍豆腐(粉) 6g<br>きゃべつ<br>小松菜 } 30<br>しょうゆ<br>だし汁<br>かたくり粉 | <b>ごはん</b><br><b>さばのみそ煮</b><br>煮びたし<br>「細かく切る」<br>みそ汁<br>「細かく切る」<br>えのきたけ |
| 3時                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | ・ミルク                                                                                                    | ・ミルク                                                                                                   | <b>いためうどん</b><br>・干しうどん 20g<br>・サラダチキン 15<br>(ゆでる)<br>きゃべつ<br>小松菜 } 40<br>大根<br>油<br>しょうゆ<br>・ミルク            | 別紙献立表による                                                                  |
| <b>「5、6か月頃(初期)の離乳食について」</b><br>＊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。<br>＊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。<br><b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b><br>＊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。<br><b>「完了期の食事について」</b><br>＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。<br>＊肉類は1cm程度に切ります。<br>＊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。<br>＊麺類は4cm程度に切ります。<br>＊りんご・梨はスライスして煮ます。 |                                                                                                         |                                                                                                        |                                                                                                              |                                                                           |

# 24(水)

No.13

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 5、6か月頃(初期)<br>5か月後半から                 | 7、8か月頃<br>(中期)                                           | 9～11か月頃<br>(後期)                                                                                      | 12～18か月頃<br>(完了期) |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                       |                                                          |                                                                                                      | (10時) 牛乳・菓子       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | つぶしがゆ<br>(10倍がゆ程度)<br>野菜のすりつぶし煮       | 全がゆ<br>(7倍がゆ程度)<br>鶏肉と野菜の<br>きざみ煮                        | 全がゆ～軟飯<br>(5倍がゆ～硬がゆ程度)<br>煮物                                                                         | ごはん<br>五目いため      |
| 11時                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 人参<br>きゃべつ<br>小松菜<br><br>しょうゆ<br>昆布だし | 鶏肉 15g<br><br>人参<br>きゃべつ<br>小松菜 } 25<br><br>しょうゆ<br>昆布だし | 鶏肉 15g<br><br>人参<br>きゃべつ<br>小松菜 } 30<br><br>しょうゆ<br>だし汁                                              | 「細かく切る」           |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                       | みそ汁                                                      | みそ汁                                                                                                  | みそ汁               |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                       | さつまいも 5g<br><br>みそ 1.5<br>昆布だし 70                        | さつまいも 10g<br><br>みそ 4.2<br>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)<br>米 30g<br>・豚肉 15<br><br>人参<br>きゃべつ<br>小松菜 } 40<br>さつまいも<br><br>みそ 2.5<br>だし汁<br><br>・ミルク | 別紙献立表<br>による      |
| <p>「5、6か月頃(初期)の離乳食について」<br/>           ＊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。<br/>           ＊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。</p> <p>「9～11か月頃(後期)のだしについて」<br/>           ＊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。</p> <p>「完了期の食事について」<br/>           ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。<br/>           ＊肉類は1cm程度に切ります。<br/>           ＊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。<br/>           ＊麺類は4cm程度に切ります。<br/>           ＊りんご・梨はスライスして煮ます。</p> |                                       |                                                          |                                                                                                      |                   |