令和7年11月 離乳食献立表(保育所・認定こども園) 1(+)7、8か月頃 5、6か月頃(初期) 9~11か月頃 12~18か月頃 (中期) (後期) 5か月後半から (完了期) (10時) 牛乳•菓子 が 全がゆ~軟飯 ごはん(わかめ) ぶし が ゆ (5倍がゆ~硬がゆ程度) (7倍がゆ程度) (10倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜の 凍豆腐と野菜の ざみ すりつぶし煮 き 煮 煮 物 焼 きそば 11 • 凍豆腐(粉) •凍豆腐(粉) 5 g 豚肉 15 g 「具は細かく切る」 きゃべつ きゃべつ きゃべつ 「4cm位に切る」 25 30 人参 人参 人参 中華めん 玉ねぎ 玉ねぎ 玉ねぎ ほうれん草 しょうゆ 砂糖 しょうゆ 昆布だし しょうゆ 昆布だし だし汁 時 そ 汁 そ み み 汁 み そ 汁 ほうれん草 ほうれん草 「細かく切る」 5 g 10 g みそ 1.5 みそ 4.2 昆布だし だし汁 70 100 ・ミルク ・ミルク ・ミルク 凍豆腐おじや 別紙献立表 3 による 時 30 g •凍豆腐(粉) 6 「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 きゃべつ ら進めます。 人参 40 \*離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合 玉ねぎ 計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程 ほうれん草 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」 しょうゆ \*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

・ミルク

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。

No.2

1 -				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)
				(10時) 牛乳•菓子
	うどんと野菜の すりつぶし煮	うどんと野菜のきざみ煮	煮 込 みうどん	ごはん(しそふりかけ)
11	ー ー ー ー ー ー ー ー ー ー ー ー ー ー ー ー ー ー ー	干しうどん (ゆで) 40 g	干しうどん (ゆで) 45 g	<u>五 目 う ど ん</u> 「細かく切る」
	玉ねぎ	玉ねぎ 5	玉ねぎ 10	油揚げ
	しょうゆ 昆布だし	しょうゆ 昆布だし	しょうゆ だし汁	「4cm位に切る」 干しうどん
時	野菜のすりつぶし煮	じゃこと野菜の きざみ煮	煮物	
	人参   ちんげん菜	・ちりめんじゃこ 6 g	・ちりめんじゃこ 8 g	切干大根と青菜の あえもの
	しょうゆ 昆布だし	人参 ちんげん菜 $\Big\}$ 25	人参 ちんげん菜 $\bigg\}30$	「細かく切る」
		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	シーチキンおじや	別紙献立表 による
時			米 30 g ・シーチキン 15	(26.9)
*な ら進 *剤	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。 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(の	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		
「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。			しょうゆ だし汁	
*ス *肉 *野	<b>了期の食事について」</b> プーンでつぶせないものん 類類は1cm程度に切ります。 P菜は細かく切りますが、ス	プーンでつぶせるもの		
提供 <b>*</b>	参・玉ねぎ・じゃが芋・大根 はすることもあります。 ■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	
	,, , , , , , , , , , , , , , , , ,	, 5		

## 5(水)・18(火)

	() 1 () 2 () ()			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)
	3 がり後十から	(` · <del>   </del>  )	【反为])	(10時) 牛乳•菓子
	つ ぶ し が ゆ (10倍がゆ程度) 豆腐と野菜の すりつぶし煮	全がゆ(7倍がゆ程度)豆腐と野菜のきざみ煮	(5倍がゆ〜硬がゆ程度)	<u>ビ ビ ン バ</u> 「具は細かく切る」
時	・充てん豆腐 ほうれん草 人参 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし	・充てん豆腐 40 g ほうれん草 人参 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし	牛挽肉     15 g       牛挽肉     15 g       ほうれん草 人参 玉ねぎ     40       砂糖 しようゆ だし汁	
	・ミルク	す ま し 升       ふ 1 g       しょうゆ 1       昆布だし 70		す ま し 汁 「細かく切る」 わかめ
3	・ミルク	・ミルク	お焼	 【保育所】
時	~/v/	~/~/	・ケーキミックス粉 20 g 水 ・ 油	
*ら*計度す「9*合デ	<b>6か月頃(初期)の離乳食</b> 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 のg程度・豆腐25g、凍豆腐 調製粉乳7g・干しうどん(必 →11か月頃(後期)のだし (乳食人数・内容により昆布 あります。 <b>7期の食事について」</b>	で子どもの様子をみなが 載してある材料で野菜合 第3g又は白身魚10g程 ゆで)24gを使用していま について」 所の場合とけずりぶしの場		りんご缶詰       昆布の香り       <18日>       別紙献立表による       【認定こども園】
***(人供 **)	プーンでつぶせないもの/ 別類は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 ますることもあります。 I類は4cm程度に切ります。 んご・梨はスライスして煮ま	プーンでつぶせるもの ・かぼちゃ等) はそのまま	しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	別紙献立表 による

	0 () [ )		No.4			
	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)	(後期)	(完了期)		
				(10時) 牛乳•菓子		
	<u>つ ぶ し が ゆ</u> (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)	<u>もみじごはん</u>		
11	ミルク煮	クリームシチュー	クリームシチュー	さっま汁		
	ちんげん菜 人参	<b>鶏</b> 肉 7g	<b>鶏</b> 肉 7g			
	大根 玉ねぎ	さつま芋 5	さつま芋 10			
	   水   ·調製粉乳●	バター● 1   水	【バター● 1.5   塩 少々     水			
時	• 即时五交4万 子口	·調製粉乳● 10 [上新粉 2 水	·調製粉乳● 13 [上新粉 3 水			
		野菜のきざみ煮	煮 び た し	ビーフンのあえもの		
		く ちんげん菜 人参 大根 玉ねぎ	ちんげん菜 人参 大根 玉ねぎ	「具は細かく切る」 「4cm位に切る」 ビーフン		
		しょうゆ 足布だし	しょうゆ だし汁			
	・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		
*な		<b>について」</b> 気で子どもの様子をみなが	<u>ケチャップいため煮</u> <u> </u> 豚挽肉 15 g			
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			ちんげん菜 人参 大根 玉ねぎ さつま芋			
合 *** (提供)	があります。 <b>了期の食事について」</b> プーンでつぶせないものに類は1cm程度に切ります。 薬は細かく切りますが、ス 参・玉ねぎ・じゃが芋・大根 することもあります。	は細かく切ります。 プーンでつぶせるもの	油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁			
	りがなれる。 んご・梨はスライスして煮ま	<b>;</b> す。	・ミルク			

# 7(金)・19(水)

	こでかりを(知期)	7.03.日居	0 112 日居	N0.0
	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 9~11か月頃 (中期) (後期)		12~18か月頃 (完了期)
		( 1 /////	(12/74/	(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)	
	魚と野菜のくず煮	魚と野菜のくず煮	魚と野菜のくず煮	さばの揚げみそ煮
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 小松菜 大根	きゃべつ } 25	きゃべつ } 30	
	   しょうゆ   昆布だし	しょうゆ 昆布だし	しょうゆ だし汁	煮 び た し
時	かたくり粉	かたくり粉	かたくり粉	「細かく切る」
		す ま し 汁	すまし汁	すまし汁
		大根 5g	大根 10 g	
		しょうゆ 1 昆布だし 70	しょうゆ 3.1 だし汁 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 ・シーチキン 15	による
* 5 * 計度す 5 * 合 元 * * * * * * * * * * * * * * * * *	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 のの程度・豆腐25g、凍豆腐 のの程度・豆腐25g、凍豆腐 ののででありとんした。 で11か月頃(後期)のだし (乳食人数・内容により昆布 があります。 ア期の食事について」 でつぶせないものに が類は1cm程度に切ります。 で菜は細かく切りますが、大根 を・玉ねぎ・じゃが芋・大根	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 かで)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		
提供 <b>*</b> 麺	☞・広ねさ・しゃが子・八伝 ますることもあります。 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	

## 8・22(土)

`				No.6		
	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)	(後期)	(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)			
	取益の土10~ 271 老	豆腐と野菜のきざみ煮	* **	豆腐のまし、 巻		
11	野菜のすりつぶし煮	きざみ煮	煮物	豆腐のカレー煮		
	玉ねぎ	豆腐(冷) 40g	豆腐(冷) 45 g	「細かく切る」		
	人参	エルギ	エルギ			
	小松菜	玉ねぎ     人参   25	玉ねぎ   人参 - 30			
	しょうゆ	小松菜	小松菜			
	昆布だし	1 , 5, 5	1 1 514			
		しょうゆ   昆布だし	しょうゆ   だし汁			
			70011			
時						
		みそ汁	み そ 汁	み そ 汁		
		(さつま芋 5g	くさつま芋 10g	「勿みくとコス」		
		さつま芋 5 g	さつま芋 10 g	「細かく切る」   小松菜		
		みそ 1.5	みそ 4.2	7 100/10		
		昆布だし 70	だし汁 100			
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	Dr.1.64* 46 1. 44		
3	・ミルク	・ミルク	鮭(水煮)おじや	別紙献立表 による		
時			( ** 30 g	(こよる)		
		J 1 1 1	·鮭(水煮) 15			
	<b>6か月頃(初期)の離乳食</b> めらかにすりつぶした状態		   玉ねぎ  〕			
ら進	めます。					
	〔乳食を作る際の量は、記〕 0g程度・豆腐25g、凍豆腐		小松菜   🔭			
度•詩	調製粉乳7g・干しうどん(K		さつま芋			
す。 「9~	「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。			しょうゆ			
	あります。 <b>了期の食事について</b> 」		だし汁			
*7	プーンでつぶせないものに	は細かく切ります。				
	]類は1cm程度に切ります。 タ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					
	さすることもあります。 『類は4cm程度に切ります。					
	んご・梨はスライスして煮ま	す。	・ミルク			

# 10(月)・25(火)

L				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 すりつぶし煮	うどんと野菜のきざみ煮	煮込みうどん	ご は ん		
11	・干しうどん	・干しうどん 15 g	・干しうどん 20 g	<u>坦々麵風ラーメン</u>		
	人参 きゃべつ 小松菜	人参 5	人参 10	「具は細かく切る」 「4cm位に切る」		
	玉ねぎ しょうゆ 昆布だし	しょうゆ 昆布だし	しょうゆ だし汁	中華めん		
時		<u>鮭(水煮)と野菜の</u> き ざ み 煮	煮物			
		•鮭(水煮) 12 g		きゃべつの甘酢煮		
		小松菜 きゃべつ 玉ねぎ 25	小松菜 きゃべつ 玉ねぎ } 30	「細かく切る」		
		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 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		
Γ <sub>5</sub> ,	6か月頃(初期)の離乳食 めらかにすりつぶした状態	<b>について」</b> 気で子どもの様子をみなが	<u>ケチャップいため煮</u> (・シーチキン 15 g			
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。			人参 小松菜 きゃべつ 玉ねぎ			
「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			油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁			
提供 <b>*</b>	参・玉ねぎ・じゃが芋・大根 ますることもあります。 i類は4㎝程度に切ります。 んご・梨はスライスして煮ま		・ミルク			

# 11(火)・26(水)

								No.8
	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9~11か (後期		12~18か月頃 (完了期)			
						(10時	f) 牛乳·菓	子
	つぶしがゆ	全が	ゅ	全がゆ~	~軟飯	٦	は	ん
	(10倍がゆ程度)	(7倍がゆ程度)		(5倍がゆ〜硬)	がゆ程度)			
	<u>豆 腐 と 野 菜 の</u>   く ず 煮	<u>豆腐と野菜</u> くず	の煮	豚肉と野菜の	のくず煮	ž	り大	根
11	 • 充てん豆腐	・ 充てん豆腐 40	σ		15 g			, ,
			ο		10 8			
	大根   人参   はくさい	│ 大根 │ 人参 │ 人参		大根   人参 	30			
		しょうゆ		砂糖				
	しょうゆ   昆布だし	昆布だし   かたくり粉		しょうゆ   だし汁				
	かたくり粉			かたくり粉				
時								
		みそ	ݖݖ	みそ	<u>ئال</u>	7.	7.	λĮ.
		<u>み そ</u>	汁	<u>み そ</u>	汁	<u>み</u>	そ	汁
		はくさい 5	g	はくさい	10 g	「細	かく切る」	
		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(2	みそ味)	【保	育所】	
時				( *	30 g	尼门约	氏献立表	
_				·牛肉	15		による	
	<b>6か月頃(初期)の離乳食</b> さめらかにすりつぶした状態		こが	   大根	۱		_	
ら進	めます。			八似   人参	40	【認	定こども園	₹ ]
	É乳食を作る際の量は、記 Og程度・豆腐25g、凍豆腐			はくさい			/ <b>C</b> – C O p	-
	調製粉乳7g・干しうどん(g	ゆで)24gを使用している	ŧ	みそ	2.5	<u>牛</u>		乳
す。 「9~	~11か月頃(後期)のだし	について」		だし汁	4.0	コー	- ンとハ	ムの
	*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。						- ンとハ ペン ケ、	ーキ
「完	了期の食事について」	2.6-2.2.2.2.2.2.2.2.2.2.2.2.2.2.2.2.2.2.		み か	ん	   「細	かく切る」	
	プーンでつぶせないものん 類は1cm程度に切ります。	は細かく切ります。		・みかん	1/4 個		ースハム	
*野	P菜は細かく切りますが、ス			(うす皮は	除く)			
提供	参・玉ねぎ・じゃが芋・大根 はすることもあります。	・ハールネ りや寺ノはてのよ	よ					
	■類は4㎝程度に切ります。 んご・梨はスライスして煮ま	: <del>-}</del>		ションカ				
<b>1.</b> 9.	/して 木はハノイハして点は	. 7 0		・ミルク				

## 12(水)・28(金)

			No.9	
	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 % 71 及 1 % 9	( 1 /94/	(12791)	(10時) 牛乳•菓子
	つ ぶ し が ゆ (10倍がゆ程度)	全がゆ(7倍がゆ程度)	全 が ゆ ~ 軟 飯 (5倍がゆ~硬がゆ程度)	ごはん(わかめ)
11	野菜のすりつぶし煮	野菜のきざみ煮	<u>ケチャップいため煮</u> (	ミネストローネ
	玉ねぎ   人参   小松菜   じゃが芋	玉ねぎ 人参 小松菜 - 大松菜	鶏肉 15 g 玉ねぎ 人参 30	「細かく切る」 ベーコン
	しょうゆ	しょうゆ 昆布だし	小松菜	
時	昆布だし	<u>卵 黄 マッシュ</u> (・卵黄(固ゆで) 1個 昆布だし	砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁	
		すまし汁	すまし汁	い そ 煮
		していず 5 g	( じゃが芋 10 g	「細かく切る」
		しょうゆ 1 昆布だし 70	しょうゆ 3.1 だし汁 100	
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	
3 時	・ミルク	・ミルク	パンがゆ 食パン●(耳を取る) 30 g	別紙献立表 による
* な		<b>について」</b> 長で子どもの様子をみなが	•調製粉乳● 13 水	(=5,0
*離 計20 度·詢	めます。 !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(の	53g又は白身魚10g程	<u>煮 物</u> ・ちりめんじゃこ 4 g	
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。			玉ねぎ 人参 小松菜 じゃが芋 $\bigg\}$ 40	
* * * * * * * * * * * * * * * * * * *	類は1cm程度に切ります。 ・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。 ・類は4cm程度に切ります。	プーンでつぶせるもの	しょうゆ だし汁	
*9.	んご・梨はスライスして煮ま	す。	・ミルク	

	10 (/ +/			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)		
	- WAR 1 W 3	(1774)	(04)747	(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)	ロールパン		
	<u>凍豆腐と野菜の</u> すりつぶし煮	凍豆腐と野菜の きざみ煮	及びロールパン●(1/4こ)	<u>牛肉とさつま芋の</u> かき揚げ		
11	・凍豆腐(粉)	<ul><li>(→凍豆腐(粉) 5 g</li></ul>	牛肉 15 g	「細かく切る」		
	はくさい 人参 玉ねぎ	さつま芋 はくさい 人参 25	さつま芋 はくさい 人参			
時	しょうゆ 昆布だし	しょうゆ 昆布だし	砂糖 しょうゆ だし汁	ひたし 「細かく切る」		
		<u>すまし汁</u> (玉ねぎ 5g	<u>すまし汁</u> (玉ねぎ 10g	「細かく切る」		
		しょうゆ 1 昆布だし 70	しょうゆ 3.1 だし汁 100	わかめ		
	・ミルク	・ミルク	・ミルク			
3	・ミルク	・ミルク	いためうどん	<u>牛 乳</u>		
時 「5、	6か月頃(初期)の離乳食	<b>について</b> 」	・干しうどん 20 g ・豚肉 15	<u>りんご缶詰</u> 畑のクラッカー		
*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。			(ゆでる) はくさい 人参 玉ねぎ	74		
「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。			油しょうゆ			
* * * * * * * * * * * * * * * * * * *	類は1cm程度に切ります。 ・菜は細かく切りますが、ス 参・玉ねぎ・じゃが芋・大根 ・することもあります。	プーンでつぶせるもの				
	ī類は4㎝程度に切ります。 んご・梨はスライスして煮ま	す。	・ミルク			

### 14・21(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 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	野菜のくず煮	   鮭と野菜のくず煮 	鮭と野菜のくず煮	鮭のちゃんちゃん焼き
	きゃべつ 玉ねぎ	生鮭 12 g	生鮭 15 g	「細かく切る」 きゃべつ
	ちんげん菜 ブロッコリー しょうゆ	きゃべつ 玉ねぎ ちんげん菜 ブロッコリー	きゃべつ 玉ねぎ ちんげん菜 ブロッコリー	ちんげん菜
時	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>ブロッコリーのひたし</u> 「軸は除く」
		すまし汁		
		ふ 1 g しょうゆ 1	ふ 1 g しょうゆ 3.1	「細かく切る」
		昆布だし 70	だし汁 100	
	・ミルク			
3	・ミルク	・ミルク	肉おじゃ	別紙献立表
時			★ 30 g	による
	6か月頃(初期)の離乳食 めらかにすりつぶした状態	<b>について」</b> まで子どもの様子をみなが	・サラダチキン 15	
*計20度・計	めます。 乳食を作る際の量は、記 Og程度・豆腐25g、凍豆腐 調製粉乳7g・干しうどん(ぬ	₹3g又は白身魚10g程 ▷で)24gを使用していま	きゃべつ 玉ねぎ ちんげん菜 ブロッコリー	
「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。			しょうゆ だし汁	
* * * * * * * * * * * * * * * * * * *	/ ファース でんぱく しゃり 類は1cm程度に切ります。 菜は細かく切りますが、ス 参・玉ねぎ・じゃが芋・大根 :することもあります。 !類は4cm程度に切ります。	プーンでつぶせるもの		
	んご・梨はスライスして煮ま	;す。	・ミルク	

## 15・29(土)

								N	o.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)			
	ひかが後半から	( 1 >>1)			(12794)		(10時)	牛乳•菓	子
	つぶしがゆ	全	が	ゆ	全がゆ~	 ~ 軟 飯	中	———	
	(10倍がゆ程度)	(7	音がゆ程原	变)	<u>ー</u> (5倍がゆ〜硬		<u>.                                      </u>		
	<u>凍豆腐と野菜の</u> く ず 煮	<u> </u>	<u>腐と野</u> く ず	米の煮	豚肉と野菜	のくず煮	「共/s 	は細かくち	りる」
11	- ・凍豆腐(粉)	·凍豆	存小小	5 g	/ 	15 g			
			/肉 (初 <i>)</i>	Jg	_	10 8			
	人参   玉ねぎ	人参   玉ねき		25	人参 玉ねぎ	30			
	はくさい ちんげん菜	はくさ	い 「ん菜	20	はくさい ちんげん菜				
	かぼちゃ	しょうり							
	しょうゆ	昆布力	ぎし		砂糖 しょうゆ				
時	昆布だし   かたくり粉	しかたく	.り粉		だし汁 かたくり粉				
		み	そ	汁	みそ	汁	み	そ	汁
		かぼり	うや	5 g	かぼちゃ	10 g	「細カ	く切る	
		みそ	·	1.5	みそ	4.2		• •	
		みて   おお		70	だし汁	100			
	・ミルク	・ミルク	ク		・ミルク				
3	・ミルク	・ミルク			凍豆腐	おじや	別紙	献立表	
時					 ( 米	30 g	(2	よる	
ΓE	6か月頃(初期)の離乳食	について	1		•凍豆腐(※				
*な	めらかにすりつぶした状態めます。			みなが	人参、				
*離	(乳食を作る際の量は、記述)				玉ねぎ   はくさい	\ 40			
度•詩	0g程度・豆腐25g、凍豆腐 調製粉乳7g・干しうどん(ぬ				ちんげん菜				
す。  「 <b>9~11か月頃(後期)のだしについて</b> ]				かぼちゃ	J				
*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。			しょうゆ だし汁						
「 <b>完了期の食事について」</b> *スプーンでつぶせないものは細かく切ります。									
<b>*</b> 肉	]類は1cm程度に切ります。 う菜は細かく切りますが、ス			5.D					
(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。	-ئــــ			・ミルク				
* ")	んご・梨はスライスして煮ま	· 9 。			・ヘノレン				

	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)	(後期)	(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)	「細かく切る」		
	ミルク煮	クリームシチュー	クリームシチュー	し かぶの葉 <u>さ っ ま 汁</u>		
11	( ちんげん菜 人参	<b>編</b> 鶏肉 7 g	<b>編</b>			
	八参   小かぶ   玉ねぎ	さつま芋 5	さつま芋 10			
	水	バター● 1	バター● 1.5 塩 少々			
	·調製粉乳●	水  _・調製粉乳● 10	水   ・調製粉乳● 13			
時		上新粉 2   水	[上新粉 3 ] 【水			
		野菜のきざみ煮	煮 び た し	ビーフンのあえもの		
		ちんげん菜	ちんげん菜	「具は細かく切る」		
		人参 小かぶ 玉ねぎ	人参 小かぶ 玉ねぎ	「4cm位に切る」 ビーフン		
		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 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		
ſ <sub>5</sub> ,	6か月頃(初期)の離乳食		<u>ケチャップいため煮</u> <i>「</i> 豚挽肉 15 g			
ら進	めらかにすりつふした状態 めます。 !乳食を作る際の量は、記』	ましてなる  はいている  ましてなる  はいている  はいている  はいている  はいている  はいている  はいしている  はいている  はいている	ちんげん菜			
計20	記して下る際の重は、記 Og程度・豆腐25g、凍豆腐 調製粉乳7g・干しうどん(の	53g又は白身魚10g程	人参   小かぶ			
す。	·11か月頃(後期)のだし	_	玉ねぎ   さつま芋			
合か	乳食人数・内容により昆布 あります。	うの場合とけずりぶしの場	油			
*ス	<b>了期の食事について」</b> プーンでつぶせないもの <i>に</i>	は細かく切ります。	砂糖 しょうゆ			
*野	]類は1cm程度に切ります。   菜は細かく切りますが、ス		トマトケチャップ だし汁			
提供	参・玉ねぎ・じゃが芋・大根 することもあります。	・ハーはりや寺ノはてのまま				
	ī類は4㎝程度に切ります。 んご・梨はスライスして煮ま	:す。	・ミルク			

	<b>— · (/)   · /</b>			No.14
	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	(中朔)	(1久朔)	(元 J 朔) (10時) 牛乳•菓子
		A ,1% ,1		, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,
	<u>つ ぶ し が ゆ</u> (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)	イエローロール
	(10日が9年度)	鮭と野菜の		
	野菜のすりつぶし煮	きざみ煮	煮物	あげボール
11	人参	(鮭(水煮) 12 g	( 鮭(水煮) 15 g	
	じゃが芋			* 1 8
	きゃべつ   玉ねぎ	人参   じゃが芋	人参   じゃが芋	<u>蒸 し 野 菜 の</u>   マヨドレ 添 え
		きゃべつ 50	きゃべつ 「 <sup>40</sup>	
	しょうゆ   昆布だし	玉ねぎ	玉ねぎ	「細かく切る」
		しょうゆ	しょうゆ	
時		昆布だし	だし汁	
H-2				
		す ま し 汁	す ま し 汁	   す ま し 汁
		<u>,                                    </u>	<u>,                                    </u>	7 & 0 11
		豆腐(冷) 10g	豆腐(冷) 10g	「細かく切る」
		しょうゆ 1	しょうゆ 3.1	わかめ
		昆布だし 70	だし汁 100	
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	D1124 + 1-1-
3	・ミルク	・ミルク	肉おじゃ	別紙献立表   による
時			( * 30 g	1,74,9
「5、6か月頃(初期)の離乳食について」			・サラダチキン	
*なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみなが			15	
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			人参 ] 10	
計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程			きゃべつ	
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」			しょうゆ	
*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		
「 <b>完了期の食事について」</b> *スプーンでつぶせないものは細かく切ります。				
<b>*</b> 肉	関類は1cm程度に切ります。			
	ϔ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。				
* 麺類は4cm程度に切ります。   * りんご・梨はスライスして煮ます。			・ミルク	