

1・15(月)

令和7年12月 離乳食献立表(保育所・認定こども園)

No.1

	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	うどんと野菜の すりつぶし煮 ・干しうどん 玉ねぎ きゃべつ 人参 しょうゆ 昆布だし	うどんと野菜の きざみ煮 ・干しうどん 15 g 玉ねぎ 5 しょうゆ 昆布だし 鶏肉と野菜の きざみ煮 鶏肉 15 g きゃべつ } 25 人参 } しょうゆ 昆布だし ・ミルク	煮込みうどん ・干しうどん 20 g 玉ねぎ 10 しょうゆ だし汁 煮物 鶏肉 15 g きゃべつ } 30 人参 } しょうゆ だし汁 ・ミルク	ごはん 野菜ラーメン 「具は細かく切る」 「4cm位に切る」 中華めん ひじきのいため煮 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	肉おじや(みそ味) 米 30 g 牛肉 15 玉ねぎ } 40 きゃべつ } 人参 } みそ 2.5 だし汁 ・ミルク	別紙献立表 による
「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。				

	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
	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
	魚と野菜のくず煮	魚と野菜のくず煮	魚と野菜のくず煮	白身魚のごま風味焼
11時	カラスガレイ 金時人参 玉ねぎ はくさい 小松菜 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	カラスガレイ 15 g 金時人参 玉ねぎ はくさい 小松菜 } 30 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	カラスガレイ 15 g 金時人参 玉ねぎ はくさい 小松菜 } 40 しょうゆ だし汁 かたくり粉	「細かく切る」 生しいたけ ひたし 「細かく切る」
		みそ汁	みそ汁	みそ汁
		ふ 1 g みそ 1.5 昆布だし 70	ふ 1 g 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	「細かく切る」 わかめ
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	
3時	・ミルク	・ミルク	いためうどん ・干しうどん 20 g ・豚肉 15 (ゆでる) 金時人参 玉ねぎ はくさい 小松菜 } 40 油 しょうゆ ・ミルク	別紙献立表による
「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。				

	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜のすりつぶし煮 ・凍豆腐(粉) 玉ねぎ じゃが芋 きゃべつ 人参 しょうゆ 昆布だし	全がゆ (7倍がゆ程度) じゃこと野菜のきざみ煮 ・ちりめんじゃこ 6g 玉ねぎ じゃが芋 きゃべつ 人参 } 25 しょうゆ 昆布だし	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 及び丸ロール●(1/4こ) コロツケ ソースはかけない 供食量は乳児よりやや少なめ 牛挽肉、玉ねぎ キャノーラ油、塩 じゃが芋、小麦粉 パン粉、米パン粉 揚げ油 煮びたし きゃべつ } 20g 人参 しょうゆ だし汁 すまし汁 大根 5g しょうゆ 1 昆布だし 70 ・ミルク	丸ロール コロツケ 蒸し野菜のマヨドレ添え 「細かく切る」 すまし汁 「細かく切る」 みず菜 ・ミルク
3時	・ミルク	・ミルク	鮭(水煮)おじや 米 30g ・鮭(水煮) 15 玉ねぎ きゃべつ 人参 大根 } 40 しょうゆ だし汁 煮りんご ・りんご 20g (スライスして煮る) ・ミルク	別紙献立表による
「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。				

保育所 4・18(木)		認定こども園 4(木)・23(火)		No.4
	5、6か月頃(初期)	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
	5 か月後半から			
				(10時) 牛乳・菓子
11 時	<u>つぶしがゆ</u> (10倍がゆ程度)	<u>全 が ゆ</u> (7倍がゆ程度)	<u>全 が ゆ ～ 軟 飯</u> (5倍がゆ～硬がゆ程度)	<u>ごはん(わかめ)</u>
	<u>野 菜 の く ず 煮</u> 人参 玉ねぎ ブロッコリー ちんげん菜 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	<u>豆腐と野菜のくず煮</u> 豆腐(冷) 40 g 人参 玉ねぎ ブロッコリー } 25 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	<u>豆腐と野菜のくず煮</u> 豆腐(冷) 45 g 人参 玉ねぎ ブロッコリー } 30 しょうゆ だし汁 かたくり粉	<u>豆 腐 の グ ラ タ ン</u> <u>ブロッコリーのひたし</u> 「軸は除く」
		<u>す ま し 汁</u> ちんげん菜 5 g しょうゆ 1 昆布だし 70	<u>す ま し 汁</u> ちんげん菜 10 g しょうゆ 3.1 だし汁 100	<u>す ま し 汁</u> 「細かく切る」
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	
3 時	・ミルク	・ミルク	<u>全 が ゆ ～ 軟 飯</u> (5倍がゆ～硬がゆ程度)	別紙献立表 による
「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。			<u>ケチャップいため煮</u> ・牛肉 15 g 人参 玉ねぎ ブロッコリー ちんげん菜 さつま芋 } 40 油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁 ・ミルク	

5(金)

No.5

	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜のすりつぶし煮 ・凍豆腐(粉) はくさい 金時人参 大根 しょうゆ 昆布だし	全がゆ (7倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜のきざみ煮 ・凍豆腐(粉) 5g はくさい 金時人参 大根 } 25 しょうゆ 昆布だし	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 肉だんごの煮物 肉だんご 〔豚挽肉、しょうゆ、かたくり粉〕 はくさい 金時人参 大根 } 30 砂糖 しょうゆ だし汁	ごはん 肉だんご入りみそ汁 大根の煮物 「細かく切る」 焼竹輪(冷) きざみ昆布
3時	・ミルク	・ミルク	・ミルク	別紙献立表による
	「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。			シーチキンおじゃ 米 30g ・シーチキン 15 はくさい 金時人参 大根 } 40 さつま芋 しょうゆ だし汁 ・ミルク

5、6か月頃(初期) 5か月後半から		7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 野菜のすりつぶし煮 人参 きやべつ 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし	全がゆ (7倍がゆ程度) 鮭(水煮)と野菜の きざみ煮 ・鮭(水煮) 12 g 人参 きやべつ } 25 しょうゆ 昆布だし	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 煮物 牛肉 15 g 人参 きやべつ } 30 砂糖 しょうゆ だし汁	ハヤシライス 「細かく切る」 牛肉 マッシュルーム
	・ミルク	すまし汁 玉ねぎ 5 g しょうゆ 1 昆布だし 70 ・ミルク	すまし汁 玉ねぎ 10 g しょうゆ 1.5 だし汁 100 ・ミルク	野菜いため 「細かく切る」 きやべつ
3時	6日は、桜台認定こども園・五領認定こども園以外 実施			
	・ミルク	・ミルク	凍豆腐おじゃ 米 30 g ・凍豆腐(粉) 6 人参 きやべつ 玉ねぎ } 40 しょうゆ だし汁 ・ミルク	別紙献立表 による
「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。				

8・22(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
11時	うどんと野菜の すりつぶし煮 干しうどん (ゆで) ちんげん菜 かぼちゃ きゃべつ しょうゆ 昆布だし	うどんと野菜の きざみ煮 干しうどん (ゆで) 40 g ちんげん菜 5 しょうゆ 昆布だし じゃこと野菜の きざみ煮 ・ちりめんじゃこ 6 g かぼちゃ } 25 きゃべつ しょうゆ 昆布だし ・ミルク	煮込みうどん 干しうどん (ゆで) 45 g ちんげん菜 10 しょうゆ だし汁 煮物 豚肉 15 g かぼちゃ } 30 きゃべつ 砂糖 しょうゆ だし汁 ・ミルク	ご は ん かぼちゃのほうとう 「細かく切る」 豚肉 ごぼう ちんげん菜 「4cm位に切る」 干しうどん 中華風あえもの 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	パンがゆ 丸ロール● 30 g ・調製粉乳● 13 水 煮物 ・牛肉 7 g ちんげん菜 } 40 かぼちゃ きゃべつ 砂糖 しょうゆ だし汁 ・ミルク	別紙献立表 による
「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。				

	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 豆腐と野菜のくず煮 ・充てん豆腐 人参 玉ねぎ 小松菜 大根 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	全がゆ (7倍がゆ程度) 豆腐と野菜のくず煮 ・充てん豆腐 40 g 人参 玉ねぎ } 25 小松菜 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 豚肉と野菜のくず煮 豚肉 15 g 人参 玉ねぎ } 30 小松菜 砂糖 しょうゆ だし汁 かたくり粉	ごはん 酢豚 「細かく切る」
3時	・ミルク	みそ汁 大根 5 g みそ 1.5 昆布だし 70 ・ミルク	みそ汁 大根 10 g みそ 4.2 だし汁 100 ・ミルク	みそ汁 「細かく切る」 小松菜
3時	・ミルク	・ミルク	シーチキンおじゃ 米 30 g ・シーチキン 15 人参 玉ねぎ } 40 小松菜 大根 しょうゆ だし汁 1/4 個 (うす皮は除く) ・ミルク	別紙献立表 による
「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。				

	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) ミルク煮 じゃが芋 玉ねぎ 大根 人参 はくさい 水 ・調製粉乳●	全がゆ (7倍がゆ程度) クリームシチュー 生鮭 6g じゃが芋 } 10 玉ねぎ バター● 1 水 ・調製粉乳● 10 上新粉 2 水 野菜のきざみ煮 大根 } 20g 人参 はくさい しょうゆ 昆布だし ・ミルク	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) クリームシチュー 生鮭 8g じゃが芋 } 15 玉ねぎ バター● 1.5 塩 少々 水 ・調製粉乳● 13 上新粉 3 水 煮びたし 大根 } 25g 人参 はくさい しょうゆ だし汁 ・ミルク	ごはん 鮭の石狩鍋風 「細かく切る」 しめじ はくさいとハムの いため煮 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	いためうどん ・干しうどん 20g ・豚肉 15 (ゆでる) 玉ねぎ } 40 大根 人参 はくさい 油 しょうゆ ・ミルク	別紙献立表 による
「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。				

11(木)

No.10

5、6か月頃(初期)		7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
5 か月後半から				
				(10時) 牛乳・菓子
11 時	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(しそふりかけ)
	野菜のすりつぶし煮	鶏肉と野菜の きざみ煮	鶏肉と野菜の煮物	鶏肉の天ぷら
	きゃべつ 金時人参 かぶ しょうゆ 昆布だし	鶏肉 15 g きゃべつ } 25 金時人参 } しょうゆ 昆布だし	鶏肉 15 g きゃべつ } 30 金時人参 } しょうゆ だし汁	「一口大に切る」 ひ た し 「細かく切る」
	・ミルク	みそ汁 かぶ 5 g みそ 1.5 昆布だし 70 ・ミルク	みそ汁 かぶ 10 g 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 ・ミルク	みそ汁 「細かく切る」 みず菜 わかめ
3 時	・ミルク	・ミルク	ちりめんおじゃ	別紙献立表 による
「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。				米 30 g ・ちりめんじゃこ 8 きゃべつ } 40 金時人参 } かぶ } しょうゆ だし汁 ・ミルク

	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 野菜のすりつぶし煮 玉ねぎ 人参 ちんげん菜 しょうゆ 昆布だし	全がゆ (7倍がゆ程度) 野菜のきざみ煮 さつま芋 玉ねぎ 人参 しょうゆ 昆布だし 卵黄マッシュ ・卵黄(固ゆで) 1個 昆布だし すまし汁 ちんげん菜 5g しょうゆ 1 昆布だし 70 ・ミルク	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) ケチャップいため煮 牛肉 15g さつま芋 玉ねぎ 人参 油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁 すまし汁 ちんげん菜 10g しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	ごはん カレースープ 「細かく切る」 ベーコン はりはり煮 「細かく切る」 別紙献立表 による
3時	・ミルク	・ミルク	肉おじや 米 30g ・豚肉 15 さつま芋 玉ねぎ 人参 ちんげん菜 しょうゆ だし汁 ・ミルク	

「5、6か月頃(初期)の離乳食について」

*なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。

*離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。

「9～11か月頃(後期)のだしについて」

*離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。

「完了期の食事について」

*スプーンでつぶせないものは細かく切ります。

*肉類は1cm程度に切ります。

*野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。

*麺類は4cm程度に切ります。

*りんご・梨はスライスして煮ます。

5、6か月頃(初期)		7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
5か月後半から				
				(10時) 牛乳・菓子
11 時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜の くず煮	全がゆ (7倍がゆ程度) 豆腐と野菜のくず煮	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 豆腐と野菜のくず煮	麻 婆 丼
	・凍豆腐(粉) 玉ねぎ 人参 大根 ほうれん草 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	豆腐(冷) 40 g 玉ねぎ 人参 大根 ほうれん草 } 30 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	豆腐(冷) 45 g 玉ねぎ 人参 大根 ほうれん草 } 40 しょうゆ だし汁 かたくり粉	
		すまし汁 ふ 1 g しょうゆ 1 昆布だし 70	すまし汁 ふ 1 g しょうゆ 3.1 だし汁 100	すまし汁 「細かく切る」 ほうれん草
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	
3 時	保育所以外 実施			
	・ミルク	・ミルク	鮭(水煮)おじや	別紙献立表 による
「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。			米 30 g ・鮭(水煮) 15 玉ねぎ 人参 大根 ほうれん草 } 40 しょうゆ だし汁	
「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。				
「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。			・ミルク	

16(火)

No.13

5、6か月頃(初期)		7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
5 か月後半から				
				(10時) 牛乳・菓子
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜の すりつぶし煮	全 が ゆ (7倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜の きざみ煮	全 が ゆ ～ 軟 飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 煮 物	ご は ん お で ん
	・凍豆腐(粉) じゃが芋 大根 人参 小松菜 しょうゆ 昆布だし	・凍豆腐(粉) 5 g じゃが芋 大根 人参 小松菜 } 30 しょうゆ 昆布だし	豚肉 15 g じゃが芋 大根 人参 } 30 砂糖 しょうゆ だし汁	「細かく切る」 豚肉 絹厚揚げ
		み そ 汁 ふ 1 g みそ 1.5 昆布だし 70	み そ 汁 ふ 1 g 小松菜 10 みそ 4.2 だし汁 100	み そ 汁 「細かく切る」 小松菜
3時	・ミルク	・ミルク	シーチキンおじや 米 30 g ・シーチキン 15 大根 人参 小松菜 } 40 しょうゆ だし汁 ・ミルク	別紙献立表 による
「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。				

保育所 23(火)		認定こども園 18(木)		No.14	
5、6か月頃(初期) 5 か月後半から		7、8か月頃 (中期)		9～11か月頃 (後期)	
				12～18か月頃 (完了期)	
				(10時) 牛乳・菓子	
11 					

	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9～11か月頃 (後期)	12～18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜の すりつぶし煮 ・凍豆腐(粉) 玉ねぎ 人参 小松菜 じゃが芋 しょうゆ 昆布だし	全がゆ (7倍がゆ程度) 鮭(水煮)と野菜の きざみ煮 鮭(水煮) 12 g 玉ねぎ 人参 小松菜 } 25 しょうゆ 昆布だし	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 鮭(水煮)と野菜の 煮物 鮭(水煮) 15 g 玉ねぎ 人参 小松菜 } 30 しょうゆ だし汁	ごはん(しそふりかけ) 鮭の和風スパゲティ 「細かく切る」 小松菜 干しいたけ 「4cm位に切る」 スパゲティ
	・ミルク	すまし汁 じゃが芋 5 g しょうゆ 1 昆布だし 70 ・ミルク	すまし汁 じゃが芋 10 g わかめ 0.2 「細かく切って やわらかく煮る」 しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	スー 「細かく切る」 わかめ
3時	・ミルク	・ミルク	凍豆腐おじゃ 米 30 g ・凍豆腐(粉) 6 玉ねぎ 人参 小松菜 } 40 しょうゆ だし汁 ・ミルク	別紙献立表 による
「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 ＊なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 ＊離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9～11か月頃(後期)のだしについて」 ＊離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 ＊スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 ＊肉類は1cm程度に切ります。 ＊野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 ＊麺類は4cm程度に切ります。 ＊りんご・梨はスライスして煮ます。				