

5(月)

令和8年1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			
	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 野菜のすりつぶし煮	全がゆ (7倍がゆ程度) 鮭(水煮)と野菜の きざみ煮	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 煮物	ごはん(しそふりかけ) 鮭の和風スパゲティ	
11時	玉ねぎ 人参 じゃが芋 しょうゆ 昆布だし	鮭(水煮) 12 g 玉ねぎ 人参 じゃが芋 } 30 しょうゆ 昆布だし	鮭(水煮) 15 g 玉ねぎ 人参 じゃが芋 } 40 しょうゆ だし汁	「細かく切る」 干しいたけ 「4cm位に切る」 スパゲティ	
	すまし汁	すまし汁	すまし汁	スープ	
	・ふ 1 g しょうゆ 昆布だし 70	・ふ 1 g しょうゆ だし汁 100	・ミルク	「細かく切る」 わかめ	
3時	・ミルク	・ミルク	凍豆腐おじや	別紙献立表 による	
			米 30 g ・凍豆腐(粉) 6 玉ねぎ 人参 } 40 しょうゆ だし汁		
	「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) 豆腐と野菜のすりつぶし煮 •充てん豆腐 大根 人参 ちんげん菜 しょうゆ 昆布だし	全がゆ (7倍がゆ程度) 豆腐と野菜のきざみ煮 •充てん豆腐 大根 人参 ちんげん菜 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 大根 人参 ちんげん菜 } 30 砂糖 しょうゆ だし汁	ごはん 大根と牛肉の土手煮風 「細かく切る」 牛肉 糸こんにゃく
3時	•ミルク	•ミルク	みそ汁	みそ汁
	さつま芋 5 g みそ 1.5 昆布だし 70	さつま芋 10 g みそ 4.2 だし汁 100	さつま芋 10 g みそ 4.2 だし汁 100	「細かく切る」 ちんげん菜
	•ミルク	•ミルク	•ミルク	•ミルク
				いためうどん
				別紙献立表による
			•干しうどん 20 g •豚肉 15 (ゆでる) 大根 人参 ちんげん菜 } 40 油 しょうゆ	•干しうどん 20 g •豚肉 15 (ゆでる) 大根 人参 ちんげん菜 } 40 油 しょうゆ
				•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。

7(水)

No.3

	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9~11か月頃 (後期)	12~18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	<p><u>つぶしがゆ</u> (10倍がゆ程度)</p> <p><u>野菜のくず煮</u></p> <p>小松菜 人参 じやが芋 はくさい しょうゆ 昆布だし かたくり粉</p>	<p><u>全がゆ</u> (7倍がゆ程度)</p> <p><u>鶏肉と野菜のくず煮</u></p> <p>鶏肉 15 g</p> <p>小松菜 人参 じやが芋 } 25</p> <p>しょうゆ 昆布だし かたくり粉</p>	<p><u>全がゆ～軟飯</u> (5倍がゆ～硬がゆ程度)</p> <p><u>鶏肉と野菜のくず煮</u></p> <p>鶏肉 15 g</p> <p>小松菜 人参 じやが芋 } 30</p> <p>しょうゆ だし汁 かたくり粉</p>	<p><u>ごはん</u></p> <p><u>ツナとひじきの ふりかけ</u></p> <p>「細かく切る」</p> <p><u>鶏肉の寄せ鍋風</u></p> <p>「細かく切る」 はくさい しめじ</p> <p>「4cm位に切る」 はるさめ</p>
		<p><u>すまし汁</u></p> <p>豆腐(冷) 5 g はくさい 5</p> <p>しょうゆ 1 昆布だし 70</p>	<p><u>すまし汁</u></p> <p>豆腐(冷) 10 g はくさい 10</p> <p>しょうゆ 3.1 だし汁 100</p>	<p><u>煮びたし</u></p> <p>・ミルク</p>
3時	・ミルク	・ミルク	<p><u>ちりめんおじや</u></p> <p>米 30 g ・ちりめんじやこ 8</p> <p>はくさい 小松菜 人参 } 40</p> <p>しょうゆ だし汁</p>	<p>別紙献立表 による</p>
<p>「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。</p> <p>「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。</p> <p>「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・じやが芋・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。</p>				

8・29(木)

No.4

5、6か月頃(初期) 5か月後半から		7、8か月頃 (中期)	9~11か月頃 (後期)	12~18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
		<u>つぶしがゆ</u> (10倍がゆ程度) <u>野菜のすりつぶし煮</u>	<u>全がゆ</u> (7倍がゆ程度) <u>じゃこと野菜の きざみ煮</u>	<u>全がゆ～軟飯</u> (5倍がゆ～硬がゆ程度) <u>煮物</u>
11時	玉ねぎ 人参 ブロッコリー 大根 しょうゆ 昆布だし	・ちりめんじゃこ 6 g 玉ねぎ 人参 ブロッコリー 25 しょうゆ 昆布だし	牛挽肉 豚挽肉 玉ねぎ 人参 ブロッコリー 30 砂糖 しょうゆ だし汁	<u>ピザバーグ</u> <u>ブロッコリーの ひたし</u> 「軸は除く」
		<u>みそ汁</u>	<u>みそ汁</u>	<u>みそ汁</u>
3時	・ミルク	大根 5 g みそ 昆布だし 1.5 70	大根 10 g みそ だし汁 4.2 100	「細かく切る」
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	りんごのパンケーキ 供食量は乳児より やや少なめ ケーキミックス粉 りんご メープルシロップ 水・油
				<u>別紙献立表</u> による
<p>「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。</p> <p>「9~11か月頃(後期)のだしについて」 *離乳食人數・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」 *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</p>				
			<u>野菜スープ</u> ・シーチキン	
			玉ねぎ 人参 ブロッコリー 大根 15 g 40	
			しょうゆ だし汁 3.1 100	
			・ミルク	

9・30(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
		<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</u>
11時		魚と野菜のくず煮	魚と野菜のくず煮	魚と野菜のくず煮	煮魚
		カラスガレイ はくさい 小松菜 金時人参 かぶ しょうゆ 昆布だし かたくり粉	カラスガレイ 15 g はくさい 小松菜 金時人参 } 25 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	カラスガレイ 15 g はくさい 小松菜 金時人参 } 30 しょうゆ だし汁 かたくり粉	煮びたし 「細かく切る」
			<u>みそ汁</u>	<u>みそ汁</u>	<u>かす汁</u>
			かぶ 5 g みそ 昆布だし 1.5 70 ・ミルク	かぶ 10 g みそ だし汁 4.2 100 ・ミルク	
3時		・ミルク	・ミルク		肉おじや 別紙献立表 による
				米 30 g ・牛肉 15 はくさい 小松菜 金時人参 } 40 かぶ しょうゆ だし汁 ・ミルク	
<p>「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。</p> <p>「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。</p> <p>「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。</p>					

10・24(土)

No.6

5、6か月頃(初期) 5か月後半から		7、8か月頃 (中期)	9~11か月頃 (後期)	12~18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	<p>つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜のすりつぶし煮</p> <p>・凍豆腐(粉) はくさい 小松菜 人参 玉ねぎ ほうれん草 じやが芋 しょうゆ 昆布だし</p> <p>・ミルク</p>	<p>全がゆ (7倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜のきざみ煮</p> <p>・凍豆腐(粉) 5 g はくさい 小松菜 人参 玉ねぎ ほうれん草 } 25 しょうゆ 昆布だし</p> <p>みそ汁 じやが芋 5 g みそ 1.5 昆布だし 70</p> <p>・ミルク</p>	<p>全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 煮物</p> <p>牛肉 15 g はくさい 小松菜 人参 玉ねぎ ほうれん草 } 30 砂糖 しょうゆ だし汁</p> <p>みそ汁 じやが芋 10 g みそ 4.2 だし汁 100</p> <p>・ミルク</p>	<p>すき焼丼</p> <p>「具は細かく切る」</p> <p>みそ汁 「細かく切る」 ほうれん草</p>
3時	<p>【24日は桜台以外】</p> <p>・ミルク</p>	<p>・ミルク</p>	<p>凍豆腐おじや</p>	
<p>「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。</p> <p>「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。</p> <p>「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・じやが芋・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。</p>				別紙献立表による

	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 はくさい しょうゆ 昆布だし	全がゆ (7倍がゆ程度) 野菜のきざみ煮 玉ねぎ 人参 } 25 g 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	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 煮物 牛挽肉 15 g 玉ねぎ 人参 } 30 砂糖 しょうゆ だし汁	ごはん キーマカレー スペゲッティ 「4cm位に切る」 (13日)ライスパスタ (21日)スペゲッティ
3時	・ミルク	・ミルク	すまし汁 はくさい 5 g しょうゆ 1 昆布だし 70	スープ はくさい 10 g しょうゆ 3.1 だし汁 100 •ミルク
	・ミルク	・ミルク	お焼 ・ケーキミックス粉 20 g 水・油 野菜スープ •豚肉 15 g 玉ねぎ 人参 はくさい } 40 しょうゆ 3.1 だし汁 100 •ミルク	牛乳 ハムチーズ マヨトースト 「細かく切る」 ロースハム
「5、6か月頃(初期)の離乳食について」 *なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。 *離乳食を作る際の量は、記載してある材料で野菜合計20g程度・豆腐25g、凍豆腐3g又は白身魚10g程度・調製粉乳7g・干しうどん(ゆで)24gを使用しています。 「9~11か月頃(後期)のだしについて」 *離乳食人数・内容により昆布の場合とけずりぶしの場合があります。 「完了期の食事について」 *スプーンでつぶせないものは細かく切ります。 *肉類は1cm程度に切ります。 *野菜は細かく切りますが、スプーンでつぶせるもの(人参・玉ねぎ・じゃが芋・大根・かぼちゃ等)はそのまま提供することもあります。 *麺類は4cm程度に切ります。 *りんご・梨はスライスして煮ます。				

	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	全がゆ (7倍がゆ程度) クリームシチュー	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) クリームシチュー	ごはん(しそふりかけ) 鮭とかぶの クリームシチュー 「軸は除く」 ブロッコリー
	玉ねぎ 人参 はくさい かぶ ブロッコリー 水 ・調製粉乳●	生鮭 6 g かぶ ブロッコリー } 5 バター● 1 水 ・調製粉乳● 10 上新粉 2 水	生鮭 8 g かぶ ブロッコリー } 10 バター● 1.5 塩 少々 水 ・調製粉乳● 13 上新粉 3 水	
		野菜のきざみ煮	煮びたし	はくさいと ベーコンのソテー
		人参 はくさい 玉ねぎ } 25 g しょうゆ 昆布だし	人参 はくさい 玉ねぎ } 30 g しょうゆ だし汁	「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度)	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。			
	煮物			
	・牛肉 15 g 玉ねぎ 人参 はくさい かぶ ブロッコリー さつま芋 } 40 砂糖 しょうゆ だし汁			
	・ミルク			

15(木)・28(水)

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)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	<p><u>つぶしがゆ</u> (10倍がゆ程度)</p> <p><u>豆腐と野菜のすりつぶし煮</u></p> <p>・充てん豆腐 きやべつ 人参 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし</p> <p>・ミルク</p>	<p><u>全がゆ</u> (7倍がゆ程度)</p> <p><u>豆腐と野菜のきざみ煮</u></p> <p>・充てん豆腐 きやべつ 人参 しょうゆ 昆布だし</p> <p>すまし汁</p> <p>玉ねぎ しょうゆ 昆布だし だし汁</p> <p>・ミルク</p>	<p><u>全がゆ～軟飯</u> (5倍がゆ～硬がゆ程度) 及びコールパン●(1/4こ) ケチャップいため煮</p> <p>豚ヒレ肉 15 g きやべつ 人参 } 30 油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁</p> <p>すまし汁</p> <p>玉ねぎ 10 g しょうゆ だし汁 3.1 100 ・ミルク</p>	<p><u>ロールパン</u></p> <p><u>ヒレカツの南蛮煮</u> 「1口大に切る」</p> <p><u>蒸し野菜のマヨドレ添え</u> 「細かく切る」</p> <p><u>汁ビーフ</u> 「細かく切る」 干しいたけ 「4cm位に切る」 ビーフン</p>
3時	・ミルク	・ミルク		別紙献立表による
			<p><u>「5、6か月頃(初期)の離乳食について」</u> *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。</p> <p>*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><u>「9~11か月頃(後期)のだしについて」</u> *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><u>「完了期の食事について」</u> *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。</p>	<p><u>シーチキンおじや</u></p> <p>米 30 g ・シーチキン 15 きやべつ 人参 } 40 玉ねぎ しょうゆ だし汁</p> <p><u>(15日) 煮りんご</u> ・りんご 20 g (スライスして煮る)</p> <p><u>(28日) みかん</u> ・みかん 1/4 個 (うす皮は除く)</p> <p>・ミルク</p>

16(金)

No.10

	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9~11か月頃 (後期)	12~18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	<p>つぶしがゆ (10倍がゆ程度)</p> <p>野菜のくず煮</p> <p>じやが芋 玉ねぎ 人参 しょうゆ 昆布だし かたくり粉</p>	<p>全がゆ (7倍がゆ程度)</p> <p>じゃこと野菜のくず煮</p> <p>・ちりめんじやこ 6 g じやが芋 玉ねぎ 人参 } 30 しょうゆ 昆布だし かたくり粉</p>	<p>全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度)</p> <p>じゃこと野菜のくず煮</p> <p>・ちりめんじやこ 8 g じやが芋 玉ねぎ 人参 } 40 しょうゆ だし汁 かたくり粉</p>	<p>救給カレー</p>
		<p>すまし汁</p> <p>・ふ 1 g しょうゆ 昆布だし 70</p>	<p>すまし汁</p> <p>・ふ 1 g しょうゆ だし汁 100</p>	<p>焼き野菜 「細かく切る」</p> <p>ヨーグルト ●</p>
3時	・ミルク	・ミルク		<p>いためうどん</p> <p>別紙献立表による</p> <p>・干しうどん 20 g ・牛肉 15 (ゆでる) 玉ねぎ 人参 } 40 油 しょうゆ</p>
	<p>「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。</p> <p>「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。</p> <p>「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・じやが芋・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。</p>			

17(土)

※試食会実施施設を除く※

No.11

5、6か月頃(初期) 5か月後半から		7、8か月頃 (中期)	9~11か月頃 (後期)	12~18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	<p><u>つぶしがゆ</u> (10倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜のすりつぶし煮</p> <p>・凍豆腐(粉) 人参 きやべつ ちんげん菜 しょうゆ 昆布だし</p> <p>・ミルク</p>	<p><u>全がゆ</u> (7倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜のきざみ煮</p> <p>・凍豆腐(粉) 5 g 人参 きやべつ ちんげん菜 } 25 しょうゆ 昆布だし</p> <p>みそ汁</p> <p>さつま芋 5 g みそ 昆布だし 1.5 70</p> <p>・ミルク</p>	<p><u>全がゆ～軟飯</u> (5倍がゆ～硬がゆ程度) 煮物</p> <p>豚肉 15 g 人参 きやべつ ちんげん菜 } 30 砂糖 しょうゆ だし汁</p> <p>みそ汁</p> <p>さつま芋 10 g みそ だし汁 4.2 100</p> <p>・ミルク</p>	<p><u>ごはん</u> 五目いため</p> <p>「細かく切る」</p> <p>みそ汁</p> <p>「細かく切る」 わかめ</p> <p>別紙献立表 による</p>
3時	・ミルク	・ミルク	凍豆腐おじや	
			<p>米 30 g ・凍豆腐(粉) 6</p> <p>人参 きやべつ ちんげん菜 } 40 さつま芋</p> <p>しょうゆ だし汁</p> <p>・ミルク</p>	
<p>「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。</p> <p>*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」 *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」 *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。</p>				

17(土)

※試食会実施施設のみ※

No.12

	5、6か月頃(初期) 5か月後半から	7、8か月頃 (中期)	9~11か月頃 (後期)	12~18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
11時	<p>つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜の すりつぶし煮</p> <p>・凍豆腐(粉) 人参 玉ねぎ はくさい しょうゆ 昆布だし</p> <p>・ミルク</p>	<p>全がゆ (7倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜の きざみ煮</p> <p>・凍豆腐(粉) 5 g 人参 玉ねぎ はくさい } 25 しょうゆ 昆布だし</p> <p>みそ汁</p> <p>さつま芋 5 g みそ 昆布だし 1.5 70</p> <p>・ミルク</p>	<p>全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 煮物</p> <p>豚肉 15 g 人参 玉ねぎ はくさい } 30 砂糖 しょうゆ だし汁</p> <p>みそ汁</p> <p>さつま芋 10 g みそ だし汁 4.2 100</p> <p>・ミルク</p>	<p>切干大根の たき込みごはん</p> <p>「具は細かく切る」</p> <p>さつま汁</p> <p>「細かく切る」 ミニ絹厚揚げ</p> <p>ひたし</p> <p>「細かく切る」</p> <p>別紙献立表 による</p>
3時	・ミルク	・ミルク	<p>凍豆腐おじや</p> <p>米 30 g ・凍豆腐(粉) 6 人参 玉ねぎ はくさい さつま芋 } 40 しょうゆ だし汁</p> <p>・ミルク</p>	
<p>「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。</p> <p>「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。</p> <p>「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。</p>				

5、6か月頃(初期) 5か月後半から		7、8か月頃 (中期)	9~11か月頃 (後期)	12~18か月頃 (完了期)
			(10時) 牛乳・菓子	
11時	<u>うどんと野菜のすりつぶし煮</u> 干しうどん(ゆで) 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし <u>野菜のすりつぶし煮</u> 金時人参 ちんげん菜 大根 しょうゆ 昆布だし •ミルク	<u>うどんと野菜のきざみ煮</u> 干しうどん(ゆで) 40 g 玉ねぎ 5 しょうゆ 昆布だし <u>鮭(水煮)と野菜のきざみ煮</u> •鮭(水煮) 12 g 金時人参 ちんげん菜 大根 } 25 しょうゆ 昆布だし •ミルク	<u>煮込みうどん</u> 干しうどん(ゆで) 45 g 玉ねぎ 10 しょうゆ だし汁 <u>煮物</u> 豚肉 15 g 金時人参 ちんげん菜 大根 } 30 砂糖 しょうゆ だし汁 •ミルク	<u>ごはん(わかめ)</u> <u>豚みそうどん</u> 「具は細かく切る」 「4cm位に切る」 干しうどん <u>大根のそぼろ煮</u> 別紙献立表 による
3時	•ミルク	•ミルク	<u>全がゆ～軟飯</u> (5倍がゆ～硬がゆ程度) <u>ケチャップいため煮</u> •サラダチキン 15 g 玉ねぎ 金時人参 ちんげん菜 大根 } 40 油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ 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。				

20(火)

No.14

5、6か月頃(初期) 5か月後半から		7、8か月頃 (中期)	9~11か月頃 (後期)	12~18か月頃 (完了期)
				(10時) 牛乳・菓子
	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	ごはん 豆腐入りつくねの あんかけ風
11時	凍豆腐(粉) 玉ねぎ きやべつ 小松菜 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	豆腐(冷) 20 g 鶏挽肉 5 玉ねぎ きやべつ 小松菜 } 30 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	豆腐(冷) 20 g 鶏挽肉 10 玉ねぎ きやべつ 小松菜 } 40 しょうゆ だし汁 かたくり粉	煮びたし 「細かく切る」
	みそ汁 ふ 1 g みそ 1.5 昆布だし 70	みそ汁 ふ 1 g みそ 4.2 だし汁 100	みそ汁 ・ミルク	みそ汁 「細かく切る」 えのきたけ
3時	・ミルク	・ミルク	ちりめんおじや	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 ・ちりめんじやこ 8 玉ねぎ きやべつ 小松菜 } 40 しょうゆ だし汁		
「9~11か月頃(後期)のだしについて」 *離乳食人數・内容により昆布の場合とけずりぶしの場 合があります。		・ミルク		
「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	<p><u>つぶしがゆ</u> (10倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜のすりつぶし煮</p> <p>・凍豆腐(粉) 人参 玉ねぎ はくさい しょうゆ 昆布だし</p> <p>・ミルク</p>	<p><u>全がゆ</u> (7倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜のきざみ煮</p> <p>・凍豆腐(粉) 5 g 人参 玉ねぎ はくさい } 25 しょうゆ 昆布だし</p> <p><u>みそ汁</u></p> <p>さつま芋 5 g みそ 昆布だし 1.5 70</p> <p>・ミルク</p>	<p><u>全がゆ～軟飯</u> (5倍がゆ～硬がゆ程度) 煮物</p> <p>豚肉 15 g 人参 玉ねぎ はくさい } 30 砂糖 しょうゆ だし汁</p> <p><u>みそ汁</u></p> <p>さつま芋 10 g みそ だし汁 4.2 100</p> <p>・ミルク</p>	<p><u>切干大根のたき込みごはん</u> 「具は細かく切る」</p> <p><u>さつま汁</u> 「細かく切る」 ミニ絹厚揚げ</p> <p><u>ひたし</u> 「細かく切る」</p> <p><u>ゼリー</u></p>
3時	・ミルク	・ミルク	<p><u>ちりめんおじや</u></p> <p>米 30 g ・ちりめんじやこ 8</p> <p>人参 玉ねぎ はくさい さつま芋 } 40 しょうゆ だし汁</p> <p>・ミルク</p>	別紙献立表による
<p>「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。</p> <p>「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。</p> <p>「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。</p>				

31(土)

No.16

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	<p>つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜の くず煮</p> <p>・凍豆腐(粉) きやべつ 人参</p> <p>しょうゆ 昆布だし かたくり粉</p> <p>・ミルク</p>	<p>全がゆ (7倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜の くず煮</p> <p>・凍豆腐(粉) 5 g きやべつ 人参 } 25</p> <p>しょうゆ 昆布だし かたくり粉</p> <p>みそ汁</p> <p>さつま芋 5 g みそ 昆布だし 1.5 70</p> <p>・ミルク</p>	<p>全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 牛肉と野菜のくず煮</p> <p>牛肉 15 g きやべつ 人参 } 30</p> <p>砂糖 しょうゆ だし汁 かたくり粉</p> <p>みそ汁</p> <p>さつま芋 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</p> <p>・ミルク</p>	<p>ごはん 韓国風いため物</p> <p>「細かく切る」</p> <p>みそ汁</p> <p>「細かく切る」 わかめ</p>
3時	・ミルク	・ミルク	凍豆腐おじや	別紙献立表 による
<p>「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。</p> <p>「9~11か月頃(後期)のだしについて」 *離乳食人數・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」 *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・梨はスライスしてます</p>		<p>米 30 g ・凍豆腐(粉) 6</p> <p>きやべつ 人参 } 40</p> <p>さつま芋</p> <p>しょうゆ だし汁</p> <p>・ミルク</p>		