

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
11時	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
	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 } 30 じゃが芋 } しょうゆ 昆布だし	鮭(水煮) 15 g 玉ねぎ } 人参 } 40 じゃが芋 } 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
	・ミルク	すまし汁 ・ふ 1 g しょうゆ 1 昆布だし 70 ・ミルク	すまし汁 ・ふ 1 g しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	スー プ 「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 } 40 しょうゆ だし汁 ・ミルク	別紙献立表 による
<p><b>「5、6か月頃(初期)の離乳食について」</b>          ＊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><b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b>          ＊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>          ＊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	<b>つぶしがゆ</b> (10倍がゆ程度) <b>豆腐と野菜のすりつぶし煮</b> ・充てん豆腐 大根 人参 ちんげん菜 しょうゆ 昆布だし	<b>全がゆ</b> (7倍がゆ程度) <b>豆腐と野菜のきざみ煮</b> ・充てん豆腐 40 g 大根 人参 ちんげん菜 } 25 しょうゆ 昆布だし	<b>全がゆ～軟飯</b> (5倍がゆ～硬がゆ程度) <b>煮物</b> 牛肉 15 g 大根 人参 ちんげん菜 } 30 砂糖 しょうゆ だし汁	<b>ごはん</b> <b>大根と牛肉の土手煮風</b> 「細かく切る」 牛肉 糸こんにゃく
		みそ汁	みそ汁	みそ汁
	・ミルク	さつま芋 5 g みそ 1.5 昆布だし 70 ・ミルク	さつま芋 10 g みそ 4.2 だし汁 100 ・ミルク	「細かく切る」 ちんげん菜
3時	・ミルク	・ミルク	<b>いためうどん</b> ・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	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> ＊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。 <b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b> ＊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。 <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。 ＊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)	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   				

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
11時	<b>つぶしがゆ</b> (10倍がゆ程度) <b>野菜のすりつぶし煮</b> 玉ねぎ 人参 ブロッコリー 大根 しょうゆ 昆布だし	<b>全がゆ</b> (7倍がゆ程度) <b>じゃこと野菜の きざみ煮</b> ・ちりめんじゃこ 6g 玉ねぎ 人参 ブロッコリー } 25 しょうゆ 昆布だし	<b>全がゆ～軟飯</b> (5倍がゆ～硬がゆ程度) <b>煮物</b> 牛挽肉 } 15g 豚挽肉 } 玉ねぎ } 30 人参 } ブロッコリー } 砂糖 しょうゆ だし汁	<b>ごはん</b>  <b>ピザバーグ</b>  <b>ブロッコリーの ひたし</b> 「軸は除く」
		<b>みそ汁</b> 大根 5g みそ 1.5 昆布だし 70	<b>みそ汁</b> 大根 10g みそ 4.2 だし汁 100	<b>みそ汁</b> 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	・ミルク	
3時	・ミルク	・ミルク	<b>りんごのパンケーキ</b> 〔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 <b>野菜スープ</b> ・シーチキン 15g 玉ねぎ } 人参 } 40 ブロッコリー } 大根 } しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・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> ＊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。 <b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b> ＊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。 <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。 ＊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	<b>つぶしがゆ</b> (10倍がゆ程度)  <b>魚と野菜のくず煮</b> 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	<b>全がゆ</b> (7倍がゆ程度)  <b>魚と野菜のくず煮</b> 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	<b>全がゆ～軟飯</b> (5倍がゆ～硬がゆ程度)  <b>魚と野菜のくず煮</b> 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	<b>ごはん</b>  <b>煮</b>  <b>魚</b>  <b>煮びたし</b> 「細かく切る」
3時	・ミルク	<b>みそ汁</b> かぶ 5 g みそ 1.5 昆布だし 70 ・ミルク	<b>みそ汁</b> かぶ 10 g みそ 4.2 だし汁 100 ・ミルク	<b>かす汁</b>
3時	・ミルク	・ミルク	<b>肉おじや</b> 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	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> ＊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。 <b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b> ＊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。 <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。 ＊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。				

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	<b>つぶしがゆ</b> (10倍がゆ程度) <b>凍豆腐と野菜のすりつぶし煮</b> ・凍豆腐(粉) はくさい 小松菜 人参 玉ねぎ ほうれん草 じゃが芋 しょうゆ 昆布だし	<b>全がゆ</b> (7倍がゆ程度) <b>凍豆腐と野菜のきざみ煮</b> ・凍豆腐(粉) 5g はくさい 小松菜 人参 玉ねぎ ほうれん草 しょうゆ 昆布だし	<b>全がゆ～軟飯</b> (5倍がゆ～硬がゆ程度) <b>煮物</b> 牛肉 15g はくさい 小松菜 人参 玉ねぎ ほうれん草 砂糖 しょうゆ だし汁	<b>すき焼井</b> 「具は細かく切る」 みそ汁 じゃが芋 5g みそ 1.5 昆布だし 70 ・ミルク
3時	【24日は桜台以外】			別紙献立表による
	・ミルク	・ミルク	<b>凍豆腐おじや</b> 米 30g ・凍豆腐(粉) 6 はくさい 小松菜 人参 玉ねぎ ほうれん草 しょうゆ だし汁 ・ミルク	
<b>「5、6か月頃(初期)の離乳食について」</b> ＊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。 <b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b> ＊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。 <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。 ＊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	<b>つぶしがゆ</b> (10倍がゆ程度)  <b>野菜のすりつぶし煮</b> 玉ねぎ 人参 はくさい しょうゆ 昆布だし	<b>全がゆ</b> (7倍がゆ程度)  <b>野菜のきざみ煮</b> 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 はくさい しょうゆ 昆布だし	<b>全がゆ～軟飯</b> (5倍がゆ～硬がゆ程度)  <b>煮物</b> 牛挽肉 玉ねぎ 人参 砂糖 しょうゆ だし汁 すまし汁 はくさい しょうゆ だし汁	<b>ごはん</b>  <b>キーマカレー</b> <b>スパゲッティ</b> 「4cm位に切る」 (13日)ライスパスタ (21日)スパゲティ  <b>スープ</b> 「細かく切る」 はくさい
3時	・ミルク	・ミルク	・ミルク	牛乳
	・ミルク	・ミルク	<b>お焼</b> ・ケーキミックス粉 20g 水・油 <b>野菜スープ</b> ・豚肉 玉ねぎ 人参 はくさい しょうゆ だし汁	<b>ハムチーズ</b> <b>マヨトースト</b> 「細かく切る」 ロースハム
<b>「5、6か月頃(初期)の離乳食について」</b> ＊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。 <b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b> ＊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。 <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。 ＊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	<b>つぶしがゆ</b> (10倍がゆ程度)  <b>ミルク煮</b>  玉ねぎ 人参 はくさい かぶ ブロッコリー  水 ・調製粉乳●	<b>全がゆ</b> (7倍がゆ程度)  <b>クリームシチュー</b>  生鮭 6g  かぶ ブロッコリー } 5 バター● 1  水 ・調製粉乳● 10 上新粉 2 水	<b>全がゆ～軟飯</b> (5倍がゆ～硬がゆ程度)  <b>クリームシチュー</b>  生鮭 8g  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	<b>ごはん(しそふりかけ)</b>  <b>鮭とかぶの クリームシチュー</b>  「軸は除く」 ブロッコリー    <b>はくさいと ベーコンのソテー</b>  「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	<b>全がゆ～軟飯</b> (5倍がゆ～硬がゆ程度)  <b>煮物</b> ・牛肉 15g  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	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> ＊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。 <b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b> ＊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。 <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。 ＊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	<b>つぶしがゆ</b> (10倍がゆ程度) <b>豆腐と野菜のすりつぶし煮</b>  ・充てん豆腐  きゃべつ 人参 玉ねぎ  しょうゆ 昆布だし	<b>全がゆ</b> (7倍がゆ程度) <b>豆腐と野菜のきざみ煮</b>  ・充てん豆腐 40 g  きゃべつ 人参 } 25  しょうゆ 昆布だし	<b>全がゆ～軟飯</b> (5倍がゆ～硬がゆ程度) 及びロールパン●(1/4こ) <b>ケチャップいため煮</b>  豚ヒレ肉 15 g  きゃべつ 人参 } 30  油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁	<b>ロールパン</b>  ヒレカツの南蛮煮  「1口大に切る」  <b>蒸し野菜のマヨドレ添え</b>  「細かく切る」
		<b>すまし汁</b>  玉ねぎ 5 g  しょうゆ 1 昆布だし 70  ・ミルク	<b>すまし汁</b>  玉ねぎ 10 g  しょうゆ 3.1 だし汁 100  ・ミルク	<b>汁ビーフン</b>  「細かく切る」 干しいたけ  「4cm位に切る」 ビーフン
3時	・ミルク	・ミルク	<b>シーチキンおじや</b>  米 30 g ・シーチキン 15 きゃべつ 人参 玉ねぎ } 40  しょうゆ だし汁  <b>(15日) 煮りんご</b> ・りんご 20 g (スライスして煮る)  <b>(28日) みかん</b> ・みかん 1/4 個 (うす皮は除く)  ・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> ＊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。 <b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b> ＊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。 <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。 ＊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。				

# 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	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 野菜のくず煮	全がゆ (7倍がゆ程度) じゃこと野菜のくず煮	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) じゃこと野菜のくず煮	救給カレー
	じゃが芋 玉ねぎ 人参  しょうゆ 昆布だし かたくり粉	・ちりめんじゃこ 6g  じゃが芋 } 玉ねぎ } 30 人参 }  しょうゆ 昆布だし かたくり粉	・ちりめんじゃこ 8g  じゃが芋 } 玉ねぎ } 40 人参 }  しょうゆ だし汁 かたくり粉	焼き野菜  「細かく切る」  ヨーグルト ●
3時	・ミルク	すまし汁 ・ふ 1g しょうゆ 1 昆布だし 70 ・ミルク	すまし汁 ・ふ 1g しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	
	・ミルク	・ミルク	いためうどん ・干しうどん 20g ・牛肉 15 (ゆでる) 玉ねぎ } 40 人参 }  油 しょうゆ  ・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> ＊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。 <b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b> ＊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。 <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。 ＊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。				

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	<b>つぶしがゆ</b> (10倍がゆ程度) <b>凍豆腐と野菜のすりつぶし煮</b> ・凍豆腐(粉) 人参 きゃべつ ちんげん菜 しょうゆ 昆布だし	<b>全がゆ</b> (7倍がゆ程度) <b>凍豆腐と野菜のきざみ煮</b> ・凍豆腐(粉) 5g 人参 きゃべつ ちんげん菜 } 25 しょうゆ 昆布だし	<b>全がゆ～軟飯</b> (5倍がゆ～硬がゆ程度) <b>煮物</b> 豚肉 15g 人参 きゃべつ ちんげん菜 } 30 砂糖 しょうゆ だし汁	<b>ごはん</b> <b>五目いため</b> 「細かく切る」
		みそ汁	みそ汁	みそ汁
	・ミルク	さつまいも 5g みそ 1.5 昆布だし 70 ・ミルク	さつまいも 10g みそ 4.2 だし汁 100 ・ミルク	「細かく切る」 わかめ
3時	・ミルク	・ミルク	<b>凍豆腐おじゃ</b> 米 30g ・凍豆腐(粉) 6 人参 きゃべつ ちんげん菜 } 40 さつまいも しょうゆ だし汁 ・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> ＊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。 <b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b> ＊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。 <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。 ＊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	<b>つぶしがゆ</b> (10倍がゆ程度) <b>凍豆腐と野菜のすりつぶし煮</b> ・凍豆腐(粉) 人参 玉ねぎ はくさい しょうゆ 昆布だし	<b>全がゆ</b> (7倍がゆ程度) <b>凍豆腐と野菜のきざみ煮</b> ・凍豆腐(粉) 5g 人参 玉ねぎ はくさい } 25 しょうゆ 昆布だし	<b>全がゆ～軟飯</b> (5倍がゆ～硬がゆ程度) 煮物 豚肉 15g 人参 玉ねぎ はくさい } 30 砂糖 しょうゆ だし汁	<b>切干大根のたき込みごはん</b> 「具は細かく切る」 <b>さつま汁</b> 「細かく切る」 ミニ絹厚揚げ
3時	・ミルク	<b>みそ汁</b> さつま芋 5g みそ 1.5 昆布だし 70 ・ミルク	<b>みそ汁</b> さつま芋 10g みそ 4.2 だし汁 100 ・ミルク	<b>ひたし</b> 「細かく切る」
	・ミルク	・ミルク	<b>凍豆腐おじゃ</b> 米 30g ・凍豆腐(粉) 6 人参 玉ねぎ はくさい } 40 さつま芋 しょうゆ だし汁 ・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> ＊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。 <b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b> ＊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。 <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。 ＊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	<u>うどんと野菜の すりつぶし煮</u>	<u>うどんと野菜の きざみ煮</u>	<u>煮込みうどん</u>	<u>ごはん(わかめ) 豚みそうどん</u>
	干しうどん (ゆで)	干しうどん (ゆで) 40 g	干しうどん (ゆで) 45 g	「具は細かく切る」
	玉ねぎ	玉ねぎ 5	玉ねぎ 10	「4cm位に切る」 干しうどん
時	しょうゆ 昆布だし	しょうゆ 昆布だし	しょうゆ だし汁	
	<u>野菜のすりつぶし煮</u>	<u>鮭(水煮)と野菜の きざみ煮</u>	<u>煮物</u>	<u>大根のそぼろ煮</u>
	金時人参 ちんげん菜 大根	・鮭(水煮) 12 g  金時人参 } ちんげん菜 } 25 大根	豚肉 15 g  金時人参 } ちんげん菜 } 30 大根	
	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	
	・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
<b>「5、6か月頃(初期)の離乳食について」</b> ＊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。 <b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b> ＊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。 <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。 ＊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>	
			・サラダチキン 15 g  玉ねぎ } 金時人参 } ちんげん菜 } 40 大根 }  油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁  ・ミルク	

## 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
11時	<b>つぶしがゆ</b> (10倍がゆ程度) <b>凍豆腐と野菜のくず煮</b>	<b>全がゆ</b> (7倍がゆ程度) <b>豆腐と野菜のくず煮</b>	<b>全がゆ～軟飯</b> (5倍がゆ～硬がゆ程度) <b>豆腐と野菜のくず煮</b>	<b>ごはん</b> <b>豆腐入りつくねのあんかけ風</b>
	<div>凍豆腐(粉)</div> <div>玉ねぎ きゃべつ 小松菜</div> <div>しょうゆ 昆布だし かたくり粉</div>	<div>豆腐(冷) 20 g 鶏挽肉 5</div> <div>玉ねぎ きゃべつ 小松菜 } 30</div> <div>しょうゆ 昆布だし かたくり粉</div>	<div>豆腐(冷) 20 g 鶏挽肉 10</div> <div>玉ねぎ きゃべつ 小松菜 } 40</div> <div>しょうゆ だし汁 かたくり粉</div>	<b>煮びたし</b> <div>「細かく切る」</div>
3時	・ミルク	<b>みそ汁</b> <div>ふ 1 g みそ 1.5 昆布だし 70</div> ・ミルク	<b>みそ汁</b> <div>ふ 1 g みそ 4.2 だし汁 100</div> ・ミルク	<b>みそ汁</b> <div>「細かく切る」 えのきたけ</div>
	・ミルク	・ミルク	<b>ちりめんおじゃ</b> <div>米 30 g ・ちりめんじゃこ 8</div> <div>玉ねぎ きゃべつ 小松菜 } 40</div> <div>しょうゆ だし汁</div> <div>・ミルク</div>	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> ＊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。 <b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b> ＊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。 <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。 ＊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。				

## 27(火)

No.15

	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	<b>つぶしがゆ</b> (10倍がゆ程度) <b>凍豆腐と野菜のすりつぶし煮</b> ・凍豆腐(粉) 人参 玉ねぎ はくさい しょうゆ 昆布だし	<b>全がゆ</b> (7倍がゆ程度) <b>凍豆腐と野菜のきざみ煮</b> ・凍豆腐(粉) 5g 人参 玉ねぎ はくさい } 25 しょうゆ 昆布だし	<b>全がゆ～軟飯</b> (5倍がゆ～硬がゆ程度) <b>煮物</b> 豚肉 15g 人参 玉ねぎ はくさい } 30 砂糖 しょうゆ だし汁	<b>切干大根のたき込みごはん</b> 「具は細かく切る」 <b>さつま汁</b> 「細かく切る」 ミニ絹厚揚げ
3時	・ミルク	<b>みそ汁</b> さつま芋 5g みそ 1.5 昆布だし 70 ・ミルク	<b>みそ汁</b> さつま芋 10g みそ 4.2 だし汁 100 ・ミルク	<b>ひたし</b> 「細かく切る」 <b>ゼリー</b>
	<b>「5、6か月頃(初期)の離乳食について」</b> ＊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。 <b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b> ＊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。 <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。 ＊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。		<b>ちりめんおじゃ</b> 米 30g ・ちりめんじゃこ 8 人参 玉ねぎ はくさい } 40 さつま芋 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) 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	<b>つぶしがゆ</b> (10倍がゆ程度) <b>凍豆腐と野菜のくず煮</b> ・凍豆腐(粉) きゃべつ 人参 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	<b>全がゆ</b> (7倍がゆ程度) <b>凍豆腐と野菜のくず煮</b> ・凍豆腐(粉) 5 g きゃべつ 人参 } 25 しょうゆ 昆布だし かたくり粉 みそ汁 さつま芋 5 g みそ 1.5 昆布だし 70 ・ミルク	<b>全がゆ～軟飯</b> (5倍がゆ～硬がゆ程度) <b>牛肉と野菜のくず煮</b> 牛肉 15 g きゃべつ 人参 } 30 砂糖 しょうゆ だし汁 かたくり粉 みそ汁 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 ・ミルク	<b>ごはん</b> <b>韓国風いため物</b> 「細かく切る」 みそ汁 「細かく切る」 わかめ
3時	・ミルク	・ミルク	<b>凍豆腐おじゃ</b> 米 30 g ・凍豆腐(粉) 6 きゃべつ 人参 } 40 さつま芋 しょうゆ だし汁 ・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> ＊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。 <b>「9～11か月頃(後期)のだしについて」</b> ＊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。 <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。 ＊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。				