

2(月)・24(火)

令和8年2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	<u>うどんと野菜のすりつぶし煮</u> •干しうどん 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし	<u>うどんと野菜のきざみ煮</u> •干しうどん 15 g 玉ねぎ 5 しょうゆ 昆布だし	<u>煮込みうどん</u> •干しうどん 20 g 玉ねぎ 10 しょうゆ だし汁	<u>ごはん</u> <u>けんちんラーメン</u> 「具は細かく切る」 「4cm位に切る」 中華めん
3時	<u>野菜のすりつぶし煮</u> 大根 人参 ちんげん菜 しょうゆ 昆布だし •ミルク	<u>豆腐と野菜のきざみ煮</u> 豆腐(冷) 40 g 大根 人参 ちんげん菜 } 25 しょうゆ 昆布だし •ミルク	<u>煮物</u> 豚肉 15 g 大根 人参 ちんげん菜 } 30 砂糖 しょうゆ だし汁 •ミルク	<u>いそ煮</u> 「細かく切る」
	•ミルク	•ミルク	<u>鮭(水煮)おじや</u> 米 30 g •鮭(水煮) 15 大根 人参 ちんげん菜 } 40 玉ねぎ 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れます。 *肉類は1cm程度に切れます。 *野菜は細かく切れますが、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程度に切れます。 *りんご・梨はスライスして煮ます。				

3(火)

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 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) 凍豆腐と野菜の 煮物
11時	・凍豆腐(粉) 人参 きやべつ 小松菜 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし	・凍豆腐(粉) 5 g 人参 きやべつ 小松菜 玉ねぎ } 30 しょうゆ 昆布だし	・凍豆腐(粉) 6 g 人参 きやべつ 小松菜 玉ねぎ } 40 しょうゆ だし汁	「一口大に切り 煮る」
	みそ汁	みそ汁	みそ汁	煮びたし 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	・ミルク	「細かく切る」 わかめ
	・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。		ケチャップいため煮 牛挽肉 15 g 人参 きやべつ 小松菜 玉ねぎ } 40 油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁 ・ミルク		
「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 人参 ちんげん菜 水 ・調製粉乳● •ミルク	全がゆ (7倍がゆ程度) クリームシチュー •ちりめんじやこ 3g じゃが芋 5 バター● 1 水 ・調製粉乳● 10 上新粉 2 水	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) クリームシチュー 牛肉 7g じゃが芋 10 バター● 1.5 塩 少々 水 ・調製粉乳● 13 上新粉 3 水	カレーライス 「細かく切る」 牛肉 切干大根の甘酢 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	野菜のきざみ煮 玉ねぎ 人参 ちんげん菜 } 25g しょうゆ 昆布だし •ミルク	煮びたし 玉ねぎ 人参 ちんげん菜 } 30g しょうゆ だし汁 •ミルク
	・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 人参 ちんげん菜 } 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(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	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 野菜のくず煮 きやべつ 玉ねぎ 大根 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	全がゆ (7倍がゆ程度) 鶏肉と野菜のくず煮 鶏肉 15 g きやべつ さつま芋 玉ねぎ } 25 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) 鶏肉と野菜のくず煮 鶏肉 15 g きやべつ さつま芋 玉ねぎ } 30 しょうゆ だし汁 かたくり粉	ごはん チキンカツ・和風ソースかけ 蒸し野菜 「細かく切る」 きやべつ
		すまし汁 大根 5 g しょうゆ 昆布だし 1 70	すまし汁 大根 10 g しょうゆ だし汁 3.1 100	すまし汁
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 きやべつ さつま芋 玉ねぎ 大根 } 40 しょうゆ だし汁	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。				

6(金)・18(水)

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
	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時	魚と野菜のくず煮 カラスガレイ はくさい 人参 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし かたくり粉	魚と野菜のくず煮 カラスガレイ 15 g はくさい } 25 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	魚と野菜のくず煮 カラスガレイ 15 g はくさい } 30 しょうゆ だし汁 かたくり粉	白身魚の タンドリー風
	みそ汁 玉ねぎ 5 g みそ 昆布だし 1.5 70 ・ミルク	みそ汁 玉ねぎ 5 g みそ 昆布だし 1.5 70 ・ミルク	みそ汁 豚肉 5 g 玉ねぎ 10 みそ だし汁 4.2 100 ・ミルク	ひたし 「細かく切る」 みそ汁 「細かく切る」 みず菜
3時	・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	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。		

7・21(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)</p> <p>野菜のすりつぶし煮</p> <p>じゃが芋 玉ねぎ ちんげん菜 しょうゆ 昆布だし</p> <p>・ミルク</p>	<p>全がゆ (7倍がゆ程度)</p> <p>鮭(水煮)と野菜の きざみ煮</p> <p>・鮭(水煮) 12 g</p> <p>じゃが芋 玉ねぎ ちんげん菜 } 30</p> <p>しょうゆ 昆布だし</p> <p>みそ汁</p> <p>ふ 1 g</p> <p>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)</p> <p>煮物</p> <p>牛肉 15 g</p> <p>じゃが芋 玉ねぎ ちんげん菜 } 40</p> <p>砂糖 しょうゆ だし汁</p> <p>みそ汁</p> <p>ふ 1 g</p> <p>みそ 4.2 だし汁 100</p> <p>・ミルク</p>	<p>ごはん(わかめ)</p> <p>肉じゃが</p> <p>「細かく切る」 牛肉</p> <p>みそ汁</p> <p>「細かく切る」 ちんげん菜</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</p> <p>・凍豆腐(粉) 6</p> <p>玉ねぎ ちんげん菜 } 40</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」</p> <p>*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」</p> <p>*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」</p> <p>*スプーンでつぶせないものは細かく切ります。</p> <p>*肉類は1cm程度に切ります。</p> <p>*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。</p> <p>*麺類は4cm程度に切ります。</p> <p>*りんご・梨はスライスして煮ます。</p>				

9・16(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	<u>うどんと野菜のすりつぶし煮</u> •干しうどん 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし <u>野菜のすりつぶし煮</u> はくさい 人参 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 15 g 玉ねぎ 5 しょうゆ 昆布だし <u>鶏肉と野菜のきざみ煮</u> 鶏肉 15 g はくさい 人参 } 25 しょうゆ 昆布だし •ミルク	<u>煮込みうどん</u> 及びイエローロール●(1/3c) •干しうどん 20 g 玉ねぎ 10 しょうゆ だし汁 <u>煮物</u> 豚肉 15 g はくさい 人参 } 30 砂糖 しょうゆ だし汁 •ミルク	<u>イエローロール</u> <u>あんかけ焼きそば</u> 「具は細かく切る」 「4cm位に切る」 中華めん <u>すまし汁</u> 「細かく切る」 わかめ
3時	•ミルク	•ミルク	<u>肉おじや(みそ味)</u> 米 30 g 牛肉 15 玉ねぎ はくさい 人参 } 40 みそ だし汁 2.5	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。		•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) 豆腐と野菜のすりつぶし煮 •充てん豆腐 玉ねぎ きやべつ はくさい しょうゆ 昆布だし	全がゆ (7倍がゆ程度) 鮭と野菜のきざみ煮 生鮭(冷) 12 g 玉ねぎ きやべつ さつま芋 } 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 生鮭(冷) 15 g 玉ねぎ きやべつ さつま芋 } 30 しょうゆ だし汁	ごはん 鮭とさつま芋のかき揚げ 煮びたし 「細かく切る」
3時	•ミルク	みそ汁	みそ汁	みそ汁
	•ミルク	はくさい 5 g みそ 昆布だし 1.5 70	はくさい 10 g みそ だし汁 4.2 100	「細かく切る」 はくさい
	•ミルク	•ミルク	•ミルク	
	•ミルク	•ミルク	肉おじや	別紙献立表による
			米 30 g •サラダチキン 15 玉ねぎ きやべつ はくさい さつま芋 } 40 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。

12(木)

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
		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) くず煮
11時	・凍豆腐(粉) 玉ねぎ 人参 小松菜 ・じやが芋 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	豆腐(冷) 40 g 玉ねぎ 人参 小松菜 } 25 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	豚肉 7 g 豆腐(冷) 20 玉ねぎ 人参 小松菜 } 30 しょうゆ だし汁 かたくり粉	「細かく切る」
	すまし汁	すまし汁	すまし汁	オーロラサラダ
3時	・ミルク	・ミルク	・ミルク	パンがゆ 食パン●(耳を取る) 30 g ・調製粉乳● 13 水
「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。		「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。		煮物 ・鮭(水煮) 8 g 玉ねぎ 人参 小松菜 ・じやが芋 } 40 しょうゆ だし汁 ・ミルク		
別紙献立表による				

13(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>野菜のすりつぶし煮</p> <p>ほうれん草 人参 大根</p> <p>しょうゆ 昆布だし</p> <p>卵黄マッシュ ・卵黄(固ゆで) 1個</p> <p>昆布だし</p> <p>すまし汁</p> <p>・ミルク</p>	<p>全がゆ (7倍がゆ程度)</p> <p>野菜のきざみ煮</p> <p>ほうれん草 人参</p> <p>しょうゆ 昆布だし</p> <p>卵黄マッシュ ・卵黄(固ゆで) 1個</p> <p>昆布だし</p> <p>すまし汁</p> <p>・ミルク</p>	<p>全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度)</p> <p>煮物</p> <p>牛肉 15 g</p> <p>ほうれん草 人参</p> <p>砂糖 しょうゆ だし汁</p> <p>すまし汁</p> <p>・ミルク</p>	<p>ビビンバ</p> <p>「細かく切る」 ほうれん草 人参 もやし</p> <p>すまし汁</p> <p>ゼリ一</p>
3時	・ミルク	・ミルク		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。</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>			
	<p>ケチャップいため煮</p> <p>・シーチキン 15 g</p> <p>ほうれん草 人参 大根</p> <p>油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁</p> <p>・ミルク</p>			

14(土)

※試食会実施施設のみ※

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>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>
3時				
<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>				

14(土)

※試食会実施施設を除く※

No.12

17(火)

No.13

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)
11時	ミルク煮	クリームシチュー	クリームシチュー	ごはん のりの佃煮 鶏肉の南蛮づけ
	玉ねぎ 人参 きやべつ じやが芋 水 ・調製粉乳●	鶏肉 7g 玉ねぎ 5 バター● 1 水 ・調製粉乳● 10 上新粉 2 水	鶏肉 7g 玉ねぎ 10 バター● 1.5 塩 少々 水 ・調製粉乳● 13 上新粉 3 水	「細かく切る」
	野菜のきざみ煮	煮びたし	人参 きやべつ じやが芋 25g しょうゆ 昆布だし	ポトフ 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	・ミルク	ヨーグルト
	・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
<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>				
			ケチャップいため煮 牛挽肉 15g 玉ねぎ 人参 きやべつ じやが芋 40 油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁 ・ミルク	

19(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
	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)
11時	野菜のすりつぶし煮 人参 きやべつ ほうれん草 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし	野菜のきざみ煮 人参 きやべつ ほうれん草 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	煮物 豚挽肉 15 g 人参 きやべつ ほうれん草 砂糖 しょうゆ だし汁	れんこん団子スープ 「細かく切る」
	すまし汁 玉ねぎ 5 g しょうゆ 1 昆布だし 70	すまし汁 玉ねぎ 10 g しょうゆ 3.1 だし汁 100	すまし汁 玉ねぎ しょうゆ だし汁	オーロラサラダ
3時	・ミルク	・ミルク	・ミルク	いためうどん 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>			

20(金)

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
	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
11時	凍豆腐(粉) 人参 きやべつ 小松菜 大根 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	豆腐(冷) 40 g 人参 きやべつ 小松菜 } 25 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	豆腐(冷) 45 g 人参 きやべつ 小松菜 } 30 しょうゆ だし汁 かたくり粉	さば缶の さつま揚げ
	みそ汁	みそ汁	みそ汁	ひたし 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	・ミルク	みそ汁 「細かく切る」 わかめ
「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。		ちりめんおじや 別紙献立表による		
「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。		米 30 g ・ちりめんじやこ 8 人参 きやべつ 小松菜 } 40 大根 しょうゆ 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		

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	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) 凍豆腐と野菜の 煮物	ごはん のりの佃煮 ぶり大根
3時	・凍豆腐(粉) 大根 人参 小松菜 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし	・凍豆腐(粉) 5 g 大根 人参 小松菜 } 25 しょうゆ 昆布だし	・凍豆腐(粉) 6 g 大根 人参 小松菜 } 30 しょうゆ だし汁	みそ汁 玉ねぎ 5 g みそ 昆布だし 1.5 70
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	みそ汁 玉ねぎ 10 g みそ だし汁 4.2 100
3時	・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 ・シーチキン 15 g 大根 人参 小松菜 玉ねぎ } 40 しょうゆ だし汁 3.1 100 ・ミルク	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>				

	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 きやべつ 人参 ・じやが芋 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 きやべつ 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) 煮物 牛肉 15 g きやべつ 人参 } 30 砂糖 しょうゆ だし汁	ごはん 韓国風いため物 「細かく切る」	
3時	•ミルク	みそ汁 さつま芋 5 g みそ 昆布だし 1.5 70 •ミルク	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	みそ汁 「細かく切る」 わかめ	
	•ミルク	•ミルク	凍豆腐おじや 米 30 g •凍豆腐(粉) 6 きやべつ 人参 } 40 さつま芋 しょうゆ だし汁	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。				