

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	うどんと野菜の すりつぶし煮 ・干しうどん 玉ねぎ 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 豆腐と野菜の きざみ煮 豆腐(冷) 40 g 大根 人参 ちんげん菜 } 25 しょうゆ 昆布だし	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 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	ごはん けんちんラーメン 「具は細かく切る」 「4cm位に切る」 中華めん いそ煮 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	鮭(水煮)おじや 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。				

3(火)

高槻市子ども未来部保育幼稚園総務課

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
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	北国ごはん いわしの蒲焼風
	・凍豆腐(粉) 人参 きゃべつ 小松菜 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし	・凍豆腐(粉) 5g 人参 きゃべつ 小松菜 玉ねぎ } 30 しょうゆ 昆布だし	・凍豆腐(粉) 6g 人参 きゃべつ 小松菜 玉ねぎ } 40 しょうゆ だし汁	「一口大に切り 煮る」 煮びたし 「細かく切る」
		みそ汁 ふ 1g みそ 1.5 昆布だし 70	みそ汁 ふ 1g 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	みそ汁 「細かく切る」 わかめ
3時	・ミルク	・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 牛挽肉 15g 人参 きゃべつ 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	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>				

4(水)・26(木)

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	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●	全がゆ (7倍がゆ程度) クリームシチュー ・ちりめんじゃこ 3g じゃが芋 5 バター● 1 水 ・調製粉乳● 10 上新粉 2 水 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	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 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	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」 のむヨーグルト
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 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)		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
	野菜のくず煮	鶏肉と野菜のくず煮	鶏肉と野菜のくず煮	チキンカツ・ 和風ソースかけ
	きゃべつ 玉ねぎ 大根 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	鶏肉 15 g きゃべつ さつま芋 玉ねぎ } 25 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	鶏肉 15 g きゃべつ さつま芋 玉ねぎ } 30 しょうゆ だし汁 かたくり粉	「1cm大に切る」 蒸し野菜 「細かく切る」 きゃべつ
3 時		すまし汁	すまし汁	すまし汁
		大根 5 g しょうゆ 昆布だし 1 70	大根 10 g しょうゆ だし汁 3.1 100	
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	
3 時	・ミルク	・ミルク	シーチキンおじゃ	別紙献立表 による
			米 30 g ・シーチキン 15 きゃべつ さつま芋 玉ねぎ 大根 } 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。		・ミルク	

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
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 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	全がゆ (7倍がゆ程度) 魚と野菜のくず煮 カラスガレイ 15 g はくさい } 25 人参 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) 魚と野菜のくず煮 カラスガレイ 15 g はくさい } 30 人参 しょうゆ だし汁 かたくり粉	ごはん 白身魚の タンドリー風 ひたし 「細かく切る」
3時	・ミルク	みそ汁 玉ねぎ 5 g みそ 1.5 昆布だし 70 ・ミルク	みそ汁 豚肉 5 g 玉ねぎ 10 みそ 4.2 だし汁 100 ・ミルク	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 ・牛肉 15 g はくさい } 40 人参 玉ねぎ しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・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。				

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	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(わかめ) 肉じゃが
	じゃが芋 玉ねぎ ちんげん菜 しょうゆ 昆布だし	・鮭(水煮) 12 g じゃが芋 玉ねぎ ちんげん菜 } 30 しょうゆ 昆布だし	牛肉 15 g じゃが芋 玉ねぎ ちんげん菜 } 40 砂糖 しょうゆ だし汁	「細かく切る」 牛肉
		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 「細かく切る」 ちんげん菜
3時	・ミルク	・ミルク	・ミルク	
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 ちんげん菜 } 40 しょうゆ だし汁 ・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>				

9・16(月)

No.7

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 <				

10(火)・25(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 きゃべつ 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 きゃべつ 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 きゃべつ 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」 みそ汁 「細かく切る」 はくさい
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。				肉おじや 米 30 g ・サラダチキン 15 玉ねぎ きゃべつ 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) 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) 凍豆腐と野菜のくず煮 ・凍豆腐(粉) 玉ねぎ 人参 小松菜 ・じゃが芋 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	全がゆ (7倍がゆ程度) 豆腐と野菜のくず煮 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	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) くず煮 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	ごはん(しそふりかけ) 豚肉と豆腐の中華風スープ 「細かく切る」
		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 しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	オーロラサラダ
3時	・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 煮物 ・鮭(水煮) 8 g 玉ねぎ 人参 小松菜 ・じゃが芋 } 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。				

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	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 野菜のすりつぶし煮 ほうれん草 人参 大根 しょうゆ 昆布だし	全がゆ (7倍がゆ程度) 野菜のきざみ煮 ほうれん草 } 25g 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 ふ 1g 大根 5 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) 煮物 牛肉 15g ほうれん草 } 30 人参 砂糖 しょうゆ だし汁 すまし汁 ふ 1g 大根 10 しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	ビビンバ 「細かく切る」 ほうれん草 人参 もやし すまし汁 ゼリー
3時	・ミルク	・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 ・シーチキン 15g ほうれん草 } 40 人参 大根 油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ 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。

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)
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	(10時) 牛乳・菓子 切干大根の たき込みごはん
	・凍豆腐(粉) 人参 玉ねぎ はくさい しょうゆ 昆布だし	・凍豆腐(粉) 5g 人参 玉ねぎ はくさい } 25 しょうゆ 昆布だし	豚肉 15g 人参 玉ねぎ はくさい } 30 砂糖 しょうゆ だし汁	「具は細かく切る」 さつま汁 「細かく切る」 ミニ絹厚揚げ
		みそ汁 さつま芋 5g みそ 1.5 昆布だし 70	みそ汁 さつま芋 10g みそ 4.2 だし汁 100	ひたし 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	・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>				

14(土)

※試食会実施施設を除く※

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	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 五目いため
	・凍豆腐(粉) 人参 きゃべつ ちんげん菜 しょうゆ 昆布だし	・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	・豚肉 15g 人参 きゃべつ ちんげん菜 } 30 砂糖 しょうゆ だし汁	「細かく切る」
		みそ汁 さつま芋 5g みそ 1.5 昆布だし 70	みそ汁 さつま芋 10g みそ 4.2 だし汁 100	みそ汁 「細かく切る」 わかめ
【桜台認定こども園・分室のみ】				
3時	・ミルク	・ミルク	凍豆腐おじゃ 米 30g ・凍豆腐(粉) 6 人参 きゃべつ ちんげん菜 } 40 さつま芋 しょうゆ だし汁 ・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>				

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
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) ミルク煮 玉ねぎ 人参 きやべつ じゃが芋 水 ・調製粉乳●	全がゆ (7倍がゆ程度) クリームシチュー 鶏肉 7g 玉ねぎ 5 バター● 1 水 ・調製粉乳● 10 上新粉 2 水 野菜のきざみ煮 人参 きやべつ じゃが芋 } 25g 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 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 煮びたし 人参 きやべつ じゃが芋 } 30g しょうゆ だし汁 ・ミルク	ごはん のりの佃煮 鶏肉の南蛮づけ 「細かく切る」 ポトフ 「細かく切る」 ヨーグルト
3時	・ミルク	・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 牛挽肉 15g 玉ねぎ 人参 きやべつ じゃが芋 } 40 油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ 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。				

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
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	野菜のきざみ煮	煮物	れんこん団子スープ
	人参 きゃべつ ほうれん草 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし	人参 きゃべつ ほうれん草 } 25g 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 玉ねぎ 5g しょうゆ 1 昆布だし 70	豚挽肉 15g 人参 きゃべつ ほうれん草 } 30 砂糖 しょうゆ だし汁 すまし汁 玉ねぎ 10g しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	「細かく切る」 オーロラサラダ
3時	・ミルク	・ミルク	いためうどん ・干しうどん 20g ・シーチキン 15 (ゆでる) 人参 きゃべつ ほうれん草 } 40 玉ねぎ 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。				

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
11時	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜のくず煮 凍豆腐(粉) 人参 きゃべつ 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 豆腐(冷) 40 g 人参 きゃべつ 小松菜 } 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) 豆腐と野菜のくず煮 豆腐(冷) 45 g 人参 きゃべつ 小松菜 } 30 しょうゆ だし汁 かたくり粉	ごはん さば缶のさつま揚げ ひたし 「細かく切る」 みそ汁 「細かく切る」 わかめ
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。			ちりめんおじゃ 米 30 g ・ちりめんじゃこ 8 人参 きゃべつ 小松菜 大根 } 40 しょうゆ だし汁 ・ミルク

27(金)

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	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) 大根 人参 小松菜 玉ねぎ 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) 5 g 大根 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) 凍豆腐と野菜の煮物 ・凍豆腐(粉) 6 g 大根 人参 小松菜 } 30 しょうゆ だし汁	ごはん のりの佃煮 ぶり大根 みそ汁 「細かく切る」
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
「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) 野菜のすりつぶし煮 きゃべつ 人参 ・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 きゃべつ } 25 人参 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 きゃべつ } 30 人参 砂糖 しょうゆ だし汁	ごはん 韓国風いため物 「細かく切る」
		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 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	「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 きゃべつ } 40 人参 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)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。				