

2・9(月)

令和8年3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)		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	<p><u>うどんと野菜のすりつぶし煮</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・干しうどん ほうれん草 人参 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし 	<p><u>うどんと野菜のきざみ煮</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・干しうどん 15g ほうれん草 5 しょうゆ 昆布だし <p><u>鮭(水煮)と野菜のきざみ煮</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・鮭(水煮) 12g 人参 玉ねぎ さつまいも } 25 しょうゆ 昆布だし 	<p><u>煮込みうどん</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・干しうどん 20g ほうれん草 10 しょうゆ だし汁 <p><u>煮物</u></p> <ul style="list-style-type: none"> 豚肉 15g 人参 玉ねぎ さつまいも } 30 砂糖 しょうゆ だし汁 	<p><u>ごはん</u></p> <p><u>みそラーメン</u></p> <p>「具は細かく切る」</p> <p>「4cm位に切る」 中華めん</p> <p><u>ひじきとコーンのいため煮</u></p> <p>「細かく切る」</p>
	3時	・ミルク	・ミルク	<p>肉おじや(みそ味)</p> <ul style="list-style-type: none"> 米 30g ・牛肉 15 ほうれん草 人参 玉ねぎ さつまいも } 40 みそ 2.5 だし汁
<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>				・ミルク

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
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) じゃこと野菜の きざみ煮	全がゆ~軟飯 (5倍がゆ~硬がゆ程度) 煮物	ちらしずし 「具は細かく切る」 ひたし	
	人参 はくさい 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし	ちりめんじゃこ 6g 人参 } 25 はくさい } しょうゆ 昆布だし	ちりめんじゃこ 8g 人参 } 30 はくさい } しょうゆ だし汁	「細かく切る」	
3時	・ミルク	すまし汁 ふ 1g 玉ねぎ 5 しょうゆ 1 昆布だし 70 ・ミルク	すまし汁 ふ 1g 玉ねぎ 10 しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	すまし汁 ゼリー	
3時	・ミルク	・ミルク	凍豆腐おじゃ 米 30g ・凍豆腐(粉) 6 人参 } 40 はくさい } 玉ねぎ } 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>					

4(水)・17(火)

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 人参 はくさい 小松菜 水 ・調製粉乳●	全がゆ (7倍がゆ程度) クリームシチュー ・鮭(水煮) 6g 人参 5 バター● 1 水 ・調製粉乳● 10 〔上新粉 2 水〕 野菜のきざみ煮 はくさい } 25g 小松菜 } 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 ・鮭(水煮) 8g 人参 10 バター● 1.5 塩 少々 水 ・調製粉乳● 13 〔上新粉 3 水〕 煮びたし はくさい } 30g 小松菜 } しょうゆ だし汁 ・ミルク	ごはん さばのソース煮 煮びたし 「細かく切る」 みそ汁 「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 ・シーチキン 15 (ゆでる) 人参 } 40 はくさい } 小松菜 } 油 しょうゆ ・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(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) 野菜のくず煮	全がゆ (7倍がゆ程度) 鶏肉と野菜のくず煮	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 及びイエローロール●(1/4こ) くず煮	イエローロール きゃべつの豆乳 グラタン
	<ul style="list-style-type: none"> きゃべつ 玉ねぎ ブロッコリー 人参 大根 しょうゆ 昆布だし かたくり粉 	<ul style="list-style-type: none"> 鶏肉 15g きゃべつ 玉ねぎ ブロッコリー 人参 } 25 しょうゆ 昆布だし かたくり粉 	<ul style="list-style-type: none"> 鶏肉 15g きゃべつ 玉ねぎ ブロッコリー 人参 } 30 しょうゆ だし汁 かたくり粉 	<ul style="list-style-type: none"> 「具は細かく切る」 ゆでブロッコリー 「軸は除く」
		すまし汁	すまし汁	スープ
		<ul style="list-style-type: none"> 大根 5g しょうゆ 昆布だし 70 	<ul style="list-style-type: none"> 大根 10g しょうゆ だし汁 3.1 100 	<ul style="list-style-type: none"> 「細かく切る」 しめじ
3時	・ミルク	・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。 *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>人参のお焼</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ケーキミックス粉 20g 人参(すりおろす) 10 水・油 <p>野菜スープ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・豚肉 15g きゃべつ 玉ねぎ ブロッコリー } 30 大根 しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク 		

6(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	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) 及びロールパン●(1/4こ) ケチャップいため煮	ロールパン	煮込みハンバーグ
	<ul style="list-style-type: none"> ・凍豆腐(粉) 人参 きゃべつ 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし 	<ul style="list-style-type: none"> ・凍豆腐(粉) 5g 人参 きゃべつ 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし 	<ul style="list-style-type: none"> 牛挽肉 } 15g 豚挽肉 } 人参 } 40 きゃべつ } 玉ねぎ } 油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁 	蒸し野菜	<ul style="list-style-type: none"> 「細かく切る」
3時	・ミルク	すまし汁	すまし汁	すまし汁	すまし汁
	・ミルク	ふ	ふ	ふ	「細かく切る」 わかめ
	・ミルク	しょうゆ	しょうゆ	しょうゆ	
	・ミルク	昆布だし	昆布だし	だし汁	
	・ミルク	・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>煮物</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ちりめんじゃこ 8g 人参 } 40 きゃべつ } 玉ねぎ } しょうゆ だし汁 			
	・ミルク			・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)	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	豆腐と野菜のくず煮	くず煮	豆腐カレースープ	
時	ちんげん菜 人参 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし かたくり粉	豆腐(冷) 40g ちんげん菜 } 25 人参 } しょうゆ 昆布だし かたくり粉	豆腐(冷) 30g 牛肉 7 ちんげん菜 } 30 人参 } 砂糖 しょうゆ だし汁 かたくり粉	「細かく切る」 三度豆	
	・ミルク	すまし汁 玉ねぎ 5g しょうゆ 1 昆布だし 70 ・ミルク	すまし汁 玉ねぎ 10g しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	ちんげん菜の いため物 「細かく切る」	
3時	・ミルク	・ミルク	鮭(水煮)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>			米 30g ・鮭(水煮) 15 ちんげん菜 } 40 人参 } 玉ねぎ } 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)	全がゆ (7倍がゆ程度)	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 及び丸ロール●(1/4こ)	丸ロール	
	ミルク煮	クリームシチュー	クリームシチュー	ビーフシチュー	
	じゃが芋 はくさい 玉ねぎ 人参 水 ・調製粉乳●	・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〕	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〕	「細かく切る」 牛肉 マッシュルーム はくさいとハムの いため煮	
	・ミルク	野菜のきざみ煮	煮びたし	「細かく切る」	
		〔はくさい 玉ねぎ 人参〕 25g しょうゆ 昆布だし ・ミルク	〔はくさい 玉ねぎ 人参〕 30g しょうゆ だし汁 ・ミルク		
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。			煮物 充てん豆腐 45g じゃが芋 } はくさい } 40 玉ねぎ } 人参 } しょうゆ 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) 豆腐と野菜のくず煮 ・充てん豆腐 玉ねぎ きゃべつ ちんげん菜 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	全がゆ (7倍がゆ程度) 鮭と野菜のくず煮 生鮭 12g 玉ねぎ } きゃべつ } 30 ちんげん菜 } しょうゆ 昆布だし かたくり粉 すまし汁 ・ふ 1g 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) 鮭と野菜のくず煮 生鮭 15g 玉ねぎ } きゃべつ } 40 ちんげん菜 } しょうゆ だし汁 かたくり粉 すまし汁 ・ふ 1g しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	ごはん 鮭のオニオンソース ひたし 「細かく切る」 すまし汁 「細かく切る」 えのきたけ
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 } きゃべつ } 40 ちんげん菜 } 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) 野菜のすりつぶし煮 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) 野菜のきざみ煮 大根 人参 小松菜 } 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 みそ汁 玉ねぎ 5g みそ 1.5 昆布だし 70	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 煮物 豚肉 15g 大根 人参 小松菜 } 30 砂糖 しょうゆ だし汁 みそ汁	ごはん 根菜と肉の韓国風煮 「細かく切る」 「細かく切る」
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	・ミルク
3時	・ミルク	・ミルク	肉おじや 米 30g ・サラダチキン 15 大根 人参 小松菜 玉ねぎ } 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>				

保育所 13(金)
認定 19(木)

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) 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) ケチャップいため煮	ごはん 煮込みハンバーグ	
	<ul style="list-style-type: none"> ・凍豆腐(粉) 人参 きゃべつ 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし 	<ul style="list-style-type: none"> ・凍豆腐(粉) 5g 人参 きゃべつ 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし 	<ul style="list-style-type: none"> 牛挽肉 } 15g 豚挽肉 } 人参 } 40 きゃべつ } 玉ねぎ } 油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁 	蒸し野菜 「細かく切る」	
3時	・ミルク	みそ汁 ふ 1g みそ 1.5 昆布だし 70	みそ汁 ふ 1g 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) 煮物	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>			<ul style="list-style-type: none"> ・ちりめんじゃこ 8g 人参 } 40 きゃべつ } 玉ねぎ } 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	うどんと野菜の すりつぶし煮 干しうどん (ゆで) 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 (ゆで) 40g 玉ねぎ 5 しょうゆ 昆布だし	煮込みうどん 干しうどん (ゆで) 45g 玉ねぎ 10 しょうゆ だし汁	ごはん(かつおふりかけ) きつねうどん 「具は細かく切る」 「4cm位に切る」 干しうどん
	凍豆腐と野菜の すりつぶし煮 ・凍豆腐(粉) きゃべつ ちんげん菜 しょうゆ 昆布だし ・ミルク	凍豆腐と野菜の きざみ煮 ・凍豆腐(粉) 5g きゃべつ ちんげん菜 } 25 しょうゆ 昆布だし ・ミルク	煮物 ・凍豆腐(粉) 6g きゃべつ ちんげん菜 } 30 しょうゆ だし汁 ・ミルク	きゃべつの甘酢あえ 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	パンがゆ 食パン●(耳を取る) 30g ・調製粉乳● 13 水 煮物 牛挽肉 7g きゃべつ ちんげん菜 } 40 玉ねぎ 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) 野菜のすりつぶし煮 玉ねぎ 小松菜 人参 ちんげん菜 しょうゆ 昆布だし ・ミルク	全がゆ (7倍がゆ程度) 豆腐と野菜のきざみ煮 豆腐(冷) 40g 玉ねぎ } 小松菜 } 25 人参 } 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) 煮物 豚肉 15g 玉ねぎ } 小松菜 } 30 人参 } 砂糖 しょうゆ だし汁 ・ミルク	豚 井 「具は細かく切る」 ス ー プ 「細かく切る」 ちんげん菜 ゼ リ ー
		すまし汁 ちんげん菜 5g しょうゆ 1 昆布だし 70 ・ミルク	すまし汁 ちんげん菜 10g しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	
3時	・ミルク	・ミルク	肉 お じ や 米 30g ・牛肉 15 玉ねぎ } 小松菜 } 40 人参 } ちんげん菜 } さつまいも } 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 19(木)
認定 13(金)

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) 野菜のくず煮	全がゆ (7倍がゆ程度) 鶏肉と野菜のくず煮	全がゆ~軟飯 (5倍がゆ~硬がゆ程度) 鶏肉と野菜のくず煮	赤飯 「あずきはつぶす」 鶏肉のたつた揚げ	
	きゃべつ 人参 大根 しょうゆ 昆布だし かたくり粉	鶏肉 15g きゃべつ } 25 人参 } しょうゆ 昆布だし かたくり粉	鶏肉 15g きゃべつ } 30 人参 } しょうゆ だし汁 かたくり粉	「一口大に切る」 ひたし 「細かく切る」	
3時	・ミルク	すまし汁 大根 5g しょうゆ 1 昆布だし 70 ・ミルク	すまし汁 大根 10g 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	すまし汁 「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) 煮物 ・ちりめんじゃこ 8g きゃべつ } 40 人参 } 大根 } 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) 野菜のすりつぶし煮	全がゆ (7倍がゆ程度) 鶏肉と野菜の 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) しょうゆ味の スパゲティ	
	玉ねぎ 人参 きゃべつ ほうれん草 しょうゆ 昆布だし	鶏肉 15g 玉ねぎ } 人参 } 30 きゃべつ } ほうれん草 } しょうゆ 昆布だし	豚肉 15g 玉ねぎ } 人参 } 40 きゃべつ } ほうれん草 } 砂糖 しょうゆ だし汁	「具は細かく切る」 「4cm位に切る」 スパゲティ	
3時		すまし汁	すまし汁	スー プ	
	・ミルク	・ふ 1g しょうゆ 1 昆布だし 70	・ふ 1g しょうゆ 3.1 だし汁 100	「細かく切る」	
【28日は分室のみ】					
3時	・ミルク	・ミルク	凍豆腐おじゃ	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>			米 30g ・凍豆腐(粉) 6 玉ねぎ } 人参 } 40 きゃべつ } ほうれん草 } 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 すりつぶし煮	全がゆ (7倍がゆ程度) 鶏肉と野菜の きざみ煮	全がゆ~軟飯 (5倍がゆ~硬がゆ程度) 煮物	ごはん 鶏肉と大根の煮物	
	・凍豆腐(粉) 大根 人参 じゃが芋 はくさい しょうゆ 昆布だし	鶏肉 15g 大根 } 人参 } 25 じゃが芋 } しょうゆ 昆布だし	鶏肉 15g 大根 } 人参 } 30 じゃが芋 } しょうゆ だし汁	「細かく切る」	
3時	・ミルク	すまし汁 はくさい 5g しょうゆ 1 昆布だし 70	すまし汁 はくさい 10g しょうゆ 3.1 だし汁 100	すまし汁 「細かく切る」	
	・ミルク	・ミルク	お焼 ・ケーキミックス粉 20g 水・油 野菜スープ ・シーチキン 15g 大根 } 人参 } 40 じゃが芋 } はくさい } しょうゆ 3.1 だし汁 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>					

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) 野菜のすりつぶし煮 玉ねぎ 人参 はくさい じゃが芋 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 } 人参 } 25 はくさい } しょうゆ 昆布だし	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 玉ねぎ } 人参 } 30 はくさい } 油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁	ごはん ビーフシチュー 「細かく切る」 牛肉 マッシュルーム はくさいとハムの いため煮
3時	・ミルク	・ミルク	・ミルク 肉おじや(みそ味) 米 30g ・豚肉 15 玉ねぎ } 人参 } 40 はくさい } 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。				