

1(水)・13(月)

令和8年4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	<p><u>うどんと野菜のすりつぶし煮</u></p> <p>干しうどん (ゆで)</p> <p>玉ねぎ 人参 ちんげん菜 はくさい</p> <p>しょうゆ 昆布だし</p> <p>・ミルク</p>	<p><u>うどんと野菜のきざみ煮</u></p> <p>干しうどん (ゆで) 40g</p> <p>玉ねぎ 5</p> <p>しょうゆ 昆布だし</p> <p><u>凍豆腐と野菜のきざみ煮</u></p> <p>・凍豆腐(粉) 5g</p> <p>人参 ちんげん菜 } 25 はくさい</p> <p>しょうゆ 昆布だし</p> <p>・ミルク</p>	<p><u>煮込みうどん</u></p> <p>干しうどん (ゆで) 45g</p> <p>玉ねぎ 10</p> <p>しょうゆ だし汁</p> <p><u>煮物</u></p> <p>豚肉 15g</p> <p>人参 ちんげん菜 } 30 はくさい</p> <p>砂糖 しょうゆ だし汁</p> <p>・ミルク</p>	<p>ごはん(わかめ)</p> <p><u>肉うどん</u></p> <p>「具は細かく切る」 「4cm位に切る」 干しうどん</p> <p><u>煮びたし</u></p> <p>「細かく切る」</p>
3時	・ミルク	・ミルク	<p><u>鮭(水煮)おじや</u></p> <p>米 30g</p> <p>・鮭(水煮) 15</p> <p>玉ねぎ 人参 ちんげん菜 } 40 はくさい</p> <p>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>				

2(木)・15(水)

	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 人参 玉ねぎ じゃが芋 小松菜 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) 12g 人参 玉ねぎ じゃが芋 小松菜 } 30 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 15g 人参 玉ねぎ じゃが芋 小松菜 } 40 砂糖 しょうゆ だし汁	カレーライス 「細かく切る」 牛肉
		すまし汁 ・ふ 1g しょうゆ 1 昆布だし 70	すまし汁 ・ふ 1g しょうゆ 3.1 だし汁 100	切干大根の煮物 「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) ケチャップいため煮 ・豚肉 15g 人参 玉ねぎ じゃが芋 小松菜 } 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>				

3・17(金)

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 じゃが芋 人参 はくさい 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 15g じゃが芋 } 25 人参 } しょうゆ 昆布だし かたくり粉 みそ汁 はくさい 5g みそ 1.5 昆布だし 70 ・ミルク	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 15g じゃが芋 } 30 人参 } しょうゆ だし汁 かたくり粉 みそ汁 はくさい 10g みそ 4.2 だし汁 100 ・ミルク	ごはん 煮 魚 含 め 煮 みそ汁 「細かく切る」
	3時	・ミルク	・ミルク	かぼちゃのお焼 ・ケーキミックス粉 20g かぼちゃ(冷) (ゆでる) 20 水・油 野菜スープ ・牛肉 15g じゃが芋 } 30 人参 } はくさい } しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・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>				

	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 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) 凍豆腐と野菜のくず煮 ・凍豆腐(粉) 5g 玉ねぎ 人参 ちんげん菜 } 25 しょうゆ 昆布だし かたくり粉 みそ汁 さつま芋 5g みそ 1.5 昆布だし 70 ・ミルク	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) くず煮 豚肉 15g 玉ねぎ 人参 ちんげん菜 } 30 砂糖 しょうゆ だし汁 かたくり粉 みそ汁 さつま芋 10g みそ 4.2 だし汁 100 ・ミルク	ごはん(かつおふりかけ) 肉とちんげん菜のいため物 「細かく切る」 みそ汁 「細かく切る」わかめ
3時	・ミルク	・ミルク	凍豆腐おじや 米 30g ・凍豆腐(粉) 6 玉ねぎ 人参 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
	「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	うどんと野菜の すりつぶし煮 <ul style="list-style-type: none"> ・干しうどん 玉ねぎ 人参 大根 きゃべつ しょうゆ 昆布だし 	うどんと野菜の きざみ煮 <ul style="list-style-type: none"> ・干しうどん 15g 玉ねぎ 5 しょうゆ 昆布だし 鶏肉と野菜の きざみ煮 鶏肉 12g 人参 } 25 大根 } きゃべつ } しょうゆ 昆布だし 	煮込みうどん <ul style="list-style-type: none"> ・干しうどん 20g 玉ねぎ 10 しょうゆ だし汁 煮物 鶏肉 15g 人参 } 30 大根 } きゃべつ } しょうゆ だし汁 	ごはん(しそふりかけ) スパゲティ イタリアン 「具は細かく切る」 「4cm位に切る」 スパゲティ ポトフ 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	肉おじや(みそ味) <ul style="list-style-type: none"> 米 30g ・豚肉 15 玉ねぎ } 40 人参 } 大根 } きゃべつ } みそ 2.5 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。			・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) 野菜のくず煮 はくさい 人参 玉ねぎ 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) 40g はくさい 人参 玉ねぎ } 25 しょうゆ 昆布だし かたくり粉 みそ汁 じゃが芋 5g みそ 1.5 昆布だし 70 ・ミルク	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) くず煮 豆腐(冷) 45g はくさい 人参 玉ねぎ } 30 しょうゆ だし汁 かたくり粉 みそ汁 じゃが芋 10g みそ 4.2 だし汁 100 ・ミルク	ごはん(わかめ) 揚げ出し豆腐 煮びたし 「細かく切る」 みそ汁
3時	・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 はくさい 人参 玉ねぎ じゃが芋 } 40 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。			

8・22(水)

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	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 野菜のすりつぶし煮 はくさい 小松菜 人参 玉ねぎ 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) 12g はくさい 小松菜 人参 玉ねぎ } 30 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 はくさい 小松菜 人参 玉ねぎ } 40 油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁	ごはん すき焼風煮 「細かく切る」
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	
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) はくさい 小松菜 人参 玉ねぎ } 40 油 しょうゆ	別紙献立表 による
	・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>				

		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) 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(かつおふりかけ) さつまいも汁	
	大根 人参 はくさい しょうゆ 昆布だし	豆腐(冷) 40g 大根 } 人参 } 25 はくさい } しょうゆ 昆布だし	豆腐(冷) 45g 大根 } 人参 } 30 はくさい } しょうゆ だし汁	はくさいとベーコンの ソテー	
3時	・ミルク	みそ汁 さつまいも 5g みそ 1.5 昆布だし 70	みそ汁 さつまいも 10g みそ 4.2 だし汁 100	「細かく切る」	
	・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。			鮭(水煮)おじや 米 30g ・鮭(水煮) 15 大根 } 人参 } 40 はくさい } さつまいも } 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)		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) 魚と野菜のくず煮 カラスガレイ きゃべつ 人参 ちんげん菜 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし かたくり粉 ・ミルク	全がゆ (7倍がゆ程度) 魚と野菜のくず煮 カラスガレイ 15g きゃべつ 人参 ちんげん菜 玉ねぎ } 30 しょうゆ 昆布だし かたくり粉 みそ汁 ふ 1g みそ 1.5 昆布だし 70 ・ミルク	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 15g きゃべつ 人参 ちんげん菜 玉ねぎ } 40 しょうゆ だし汁 かたくり粉 みそ汁 ふ 1g みそ 4.2 だし汁 100 ・ミルク	ごはん(しそふりかけ) 白身魚のみそマヨ焼 ひたし 「細かく切る」 みそ汁 「細かく切る」 ちんげん菜
	3時	・ミルク	・ミルク	全がゆ～軟飯 (5倍がゆ～硬がゆ程度) 煮物 ・牛肉 15g きゃべつ 人参 ちんげん菜 玉ねぎ } 40 砂糖 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。				

	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 玉ねぎ きゃべつ しょうゆ 昆布だし かたくり粉	全がゆ (7倍がゆ程度) 凍豆腐と野菜のくず煮 ・凍豆腐(粉) 5g 人参 きゃべつ } 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 牛肉 15g 人参 きゃべつ } 30 砂糖 しょうゆ だし汁 かたくり粉	ハヤシライス 「具は細かく切る」
		すまし汁 玉ねぎ 5g しょうゆ 昆布だし 1 70 ・ミルク	すまし汁 玉ねぎ 10g しょうゆ だし汁 3.1 100 ・ミルク	野菜いため 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	シーチキンおじや 米 30g ・シーチキン 15 人参 玉ねぎ きゃべつ } 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>				

	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 きゃべつ 人参 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし	全がゆ (7倍がゆ程度) 鶏肉と野菜のきざみ煮 鶏肉 15g きゃべつ 人参 玉ねぎ } 30 しょうゆ 昆布だし 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) 煮物 鶏肉 15g きゃべつ 人参 玉ねぎ } 40 しょうゆ だし汁 すまし汁 ふ 1g しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	ごはん(しそふりかけ) 鶏肉のたつた揚げ 「1cm大に切る」 蒸し野菜の マヨドレ添え 「細かく切る」 すまし汁 「細かく切る」 わかめ
3時	・ミルク	・ミルク	いためうどん ・干しうどん 20g ・牛肉 15 (ゆでる) きゃべつ 人参 玉ねぎ } 40 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、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 玉ねぎ 人参 きやべつ 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) 40g 玉ねぎ } 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) くず煮 豆腐(冷) 30g 豚挽肉 7 玉ねぎ } 30 人参 } 砂糖 しょうゆ だし汁 かたくり粉	ごはん 野菜入り麻婆豆腐 「細かく切る」 にら
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	
		すまし汁 きやべつ 5g しょうゆ 1 昆布だし 70	すまし汁 きやべつ 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	・ミルク	
3時			肉おじや 米 30g ・サラダチキン 15 玉ねぎ } 40 人参 } きやべつ } しょうゆ だし汁	別紙献立表による
			・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。				

23(木)

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	チキンライス	ビーフンのあえもの
	人参 玉ねぎ ちんげん菜 大根 しょうゆ 昆布だし	鶏肉 15g 人参 玉ねぎ ちんげん菜 } 25 しょうゆ 昆布だし	鶏肉 15g 人参 玉ねぎ ちんげん菜 } 30 しょうゆ だし汁	「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	すまし汁 大根 10g しょうゆ 3.1 だし汁 100	スー プ	「細かく切る」 ベーコン
	・ミルク	・ミルク	・ミルク	鮭(水煮)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 30g ・鮭(水煮) 15 人参 玉ねぎ ちんげん菜 } 40 大根 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。			・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。					