

1(土)

令和8年8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 玉ねぎ 人参 きゃべつ しょうゆ 昆布だし ・ミルク	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 玉ねぎ 人参 きゃべつ } 30 しょうゆ 昆布だし すまし汁 ふ 1 g 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 豚肉 15 g 玉ねぎ 人参 きゃべつ } 40 砂糖 しょうゆ だし汁 すまし汁 ふ 1 g 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	ごはん(かつおふりかけ) カレー焼うどん 「4cm位に切る」 干しうどん 「具は細かく切る」 すまし汁 「細かく切る」 わかめ 別紙献立表 による
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 玉ねぎ 人参 きゃべつ } 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。

3・24(月)

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) 野菜のすりつぶし煮 玉ねぎ 人参 レタス 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 15 g 玉ねぎ 人参 レタス } 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 豚肉 15 g 玉ねぎ 人参 レタス } 40 砂糖 しょうゆ だし汁	ごはん 豚肉とゴーヤのみそいため 「細かく切る」 ベークドポテト すまし汁 「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 ・牛肉 15 g 玉ねぎ 人参 レタス } 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。

4・18(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) 魚のくず煮 ゆでて、 すりつぶし かたくり粉でとじる カラスガレイ 野菜のすりつぶし煮 きやべつ 人参 玉ねぎ かぼちゃ しょうゆ 昆布だし ・ミルク	全がゆ (7倍がゆ程度) 魚のくず煮 ゆでて、 つぶし かたくり粉でとじる カラスガレイ 15 g 野菜のきざみ煮 きやべつ 人参 玉ねぎ しょうゆ 昆布だし } 25 g みそ汁 かぼちゃ 5 g 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) 煮魚 カラスガレイ 15 g 砂糖 しょうゆ 水 煮びたし きやべつ 人参 玉ねぎ しょうゆ だし汁 } 30 g みそ汁 かぼちゃ 10 g みそ 4.2 だし汁 100 ・ミルク	ごはん 煮魚 「細かく切る」 みそ汁 別紙献立表 による
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 人参 玉ねぎ かぼちゃ } 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。				

5(水)・25(火)

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 人参 ちんげん菜 じゃが芋 玉ねぎ とうがん 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 ちんげん菜 じゃが芋 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) くず煮 豆腐(冷) 30 g 豚肉 7 人参 ちんげん菜 じゃが芋 玉ねぎ } 30 しょうゆ だし汁 かたくり粉	ごはん(わかめ) とうがんのスープ 「具は細かく切る」 リヨネーズポテト 「細かく切る」 ベーコン
3時	・ミルク	・ミルク	いためうどん ・干しうどん 20 g ・牛肉 15 (ゆでる) 人参 ちんげん菜 玉ねぎ とうがん } 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。				

6・20(木)

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	<u>つぶしがゆ</u> (10倍がゆ程度) <u>ミルク煮</u> 玉ねぎ かぼちゃ きやべつ 水 ・調製粉乳◆	<u>全がゆ</u> (7倍がゆ程度) <u>クリームシチュー</u> 鶏肉 7g 玉ねぎ 5 バター◆ 1 水 ・調製粉乳◆ 10 上新粉 2 水 <u>野菜のきざみ煮</u> かぼちゃ } 25g きやべつ } しょうゆ 昆布だし ・ミルク	<u>全がゆ～軟飯</u> (5倍がゆ～硬がゆ程度) <u>クリームシチュー</u> 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 <u>煮びたし</u> かぼちゃ } 30g きやべつ } しょうゆ だし汁 ・ミルク	<u>ごはん</u> <u>鶏肉の</u> <u>バーベキューソース</u> 「1cm大に切る」 <u>蒸し野菜の</u> <u>マヨドレ添え</u> 「細かく切る」 <u>すまし汁</u> 「細かく切る」 わかめ
3時	・ミルク	・ミルク	<u>全がゆ～軟飯</u> (5倍がゆ～硬がゆ程度) <u>煮物</u> ・豚肉 15g 玉ねぎ } 40 かぼちゃ } きやべつ } 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。				

7・28(金)

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) 魚と野菜のくず煮 ・カラスガレイ ちんげん菜 人参 とうがん 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 ちんげん菜 人参 玉ねぎ } 25 しょうゆ 昆布だし かたくり粉 みそ 汁 とうがん 5 g 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 15 g ちんげん菜 人参 玉ねぎ } 30 しょうゆ だし汁 かたくり粉 みそ 汁 とうがん 10 g みそ 4.2 だし汁 100 ・ミルク	梅ごはん 焼き魚(さば) 煮びたし 「細かく切る」 みそ 汁 「細かく切る」 ミニ絹厚揚げ
3時	・ミルク	・ミルク	肉おじや(みそ味) 米 30 g 牛肉 15 ちんげん菜 人参 とうがん 玉ねぎ } 40 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。				

8・29(土)

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) 凍豆腐と野菜のすりつぶし煮 ・凍豆腐(粉) 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) 凍豆腐と野菜のきざみ煮 ・凍豆腐(粉) 5 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	ハヤシライス 「具は細かく切る」 野菜いため 「細かく切る」
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。			鮭(水煮)おじや 米 30 g ・鮭(水煮) 15 きゃべつ } 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	うどんと野菜の すりつぶし煮 干しうどん (ゆで) 玉ねぎ ちんげん菜 人参 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) 40 g 玉ねぎ 5 しょうゆ 昆布だし 鶏肉と野菜の きざみ煮 鶏肉 15 g ちんげん菜 } 25 人参 しょうゆ 昆布だし ・ミルク	煮込みうどん 干しうどん (ゆで) 45 g 玉ねぎ 10 しょうゆ だし汁 煮物 鶏肉 15 g ちんげん菜 } 30 人参 しょうゆ だし汁 ・ミルク	ごはん(わかめ) かやくうどん 「4cm位に切る」 干しうどん はりはり煮 「細かく切る」
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 } 40 ちんげん菜 人参 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。				

12(水)

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
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) ケチャップいため煮	ごはん カレースープ
	かぼちゃ 玉ねぎ 人参 きゃべつ しょうゆ 昆布だし	・鮭(水煮) 12g かぼちゃ 玉ねぎ 人参 } 25 しょうゆ 昆布だし	牛肉 15g かぼちゃ 玉ねぎ 人参 } 30 油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁	「細かく切る」 牛肉
	・ミルク	すまし汁 きゃべつ 5g しょうゆ 1 昆布だし 70 ・ミルク	すまし汁 きゃべつ 10g しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	きゃべつの甘酢煮 「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 かぼちゃ 玉ねぎ 人参 きゃべつ } 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(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) 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 大豆のケチャップ いため煮
	じゃが芋 玉ねぎ 人参 小松菜 しょうゆ 昆布だし	・サラダチキン 15g じゃが芋 玉ねぎ 人参 } 25 しょうゆ 昆布だし	・サラダチキン 15g じゃが芋 玉ねぎ 人参 } 30 しょうゆ だし汁	「細かく切る」
		みそ汁 小松菜 5g みそ 1.5 昆布だし 70	みそ汁 小松菜 10g みそ 4.2 だし汁 100	みそ汁 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	・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。			凍豆腐おじや 米 30g ・凍豆腐(粉) 6 玉ねぎ 人参 小松菜 } 40 しょうゆ だし汁 ・ミルク

別紙献立表
による

14(金)

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	つぶしがゆ (10倍がゆ程度) 野菜のくず煮 玉ねぎ 人参 じゃが芋 ちんげん菜 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) 鮭(水煮)と野菜のくず煮 鮭(水煮) 12 g 玉ねぎ 人参 じゃが芋 } 25 しょうゆ 昆布だし かたくり粉 すまし汁 ちんげん菜 5 g 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(水煮)と野菜のくず煮 鮭(水煮) 15 g 玉ねぎ 人参 じゃが芋 } 30 しょうゆ だし汁 かたくり粉 すまし汁 ちんげん菜 10 g しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	ごはん(かつおふりかけ) コーンチャウダー いそ煮 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	ホットケーキ 供食量は乳児よりやや少なめ ・ケーキミックス粉 メープルシロップ 油 野菜スープ ・シーチキン 15 g 玉ねぎ 人参 じゃが芋 ちんげん菜 } 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。				

	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) 玉ねぎ 人参 じゃが芋 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 玉ねぎ } 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) 凍豆腐と野菜の煮物 ・凍豆腐(粉) 6 g 玉ねぎ } 30 人参 } しょうゆ だし汁	ごはん(しそふりかけ) スパゲティミートソース風 「4cm位に切る」 スパゲティ じゃが芋のスープ 「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。			鮭(水煮)おじや 米 30 g ・鮭(水煮) 15 玉ねぎ } 40 人参 } しょうゆ だし汁 ・ミルク

19・26(水)

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 人参 玉ねぎ じゃが芋 小松菜 しょうゆ 昆布だし ・ミルク	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 人参 玉ねぎ じゃが芋 } 25 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) ケチャップいため煮 牛肉 15 g 人参 玉ねぎ じゃが芋 } 30 油 砂糖 しょうゆ トマトケチャップ だし汁 ・ミルク	ごはん 中華風五目煮込み 「細かく切る」 ・ミルク
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 ・充てん豆腐 45 g 人参 玉ねぎ じゃが芋 小松菜 } 40 しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	牛乳 ハムチーズパンケーキ (乳不使用) 「細かく切る」 ロースハム

「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) 豆腐と野菜のくず煮 ・充てん豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 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) 豆腐と野菜のくず煮 ・充てん豆腐 40 g 人参 玉ねぎ じゃが芋 } 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 15 g 人参 玉ねぎ じゃが芋 } 30 砂糖 しょうゆ だし汁 かたくり粉	カレーライス 「細かく切る」 牛肉
3時	・ミルク	すまし汁 ちんげん菜 5 g しょうゆ 1 昆布だし 70 ・ミルク	すまし汁 ちんげん菜 10 g しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	切干大根の煮物 「細かく切る」
3時	・ミルク	・ミルク	いためうどん ・干しうどん 20 g ・豚肉 15 (ゆでる) 人参 玉ねぎ 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、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 じゃが芋 ちんげん菜 しょうゆ 昆布だし	全がゆ (7倍がゆ程度) 野菜のきざみ煮 玉ねぎ 人参 じゃが芋 } 25 g 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 ちんげん菜 5 g 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 ・シーチキン 15 g 玉ねぎ 人参 じゃが芋 } 30 しょうゆ だし汁 すまし汁 ちんげん菜 10 g しょうゆ 3.1 だし汁 100 ・ミルク	ごはん(かつおふりかけ) コーンチャウダー 「細かく切る」 ベーコン いそ煮 「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) 煮物 ・サラダチキン 15 g 玉ねぎ 人参 じゃが芋 ちんげん菜 } 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。				

	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 (ゆで) 玉ねぎ きゃべつ 人参 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 (ゆで) 40 g 玉ねぎ 5 しょうゆ 昆布だし <u>豆腐と野菜の きざみ煮</u> 豆腐(冷) 40 g きゃべつ } 25 人参 しょうゆ 昆布だし ・ミルク	<u>煮込みうどん</u> 干しうどん (ゆで) 45 g 玉ねぎ 10 しょうゆ だし汁 <u>煮物</u> 豆腐(冷) 30 g 豚肉 7 きゃべつ } 30 人参 しょうゆ だし汁 ・ミルク	<u>ごはん(かつおふりかけ)</u> <u>カレー焼うどん</u> 「4cm位に切る」 干しうどん 「具は細かく切る」 <u>すまし汁</u> 「細かく切る」 わかめ
3時	・ミルク	・ミルク	<u>全がゆ～軟飯</u> (5倍がゆ～硬がゆ程度) <u>ケチャップいため煮</u> ・牛肉 15 g 玉ねぎ } 40 人参 きゃべつ 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。				