



幼児食こんだて



令和8年

※ 赤・黄・緑の食べ物のグループ分けは、6つの基礎食品(厚生労働省)と、食べ物の3つのはたらき(文部科学省)をもとにしています。(作成者) 管理栄養士 高 貴子

日曜	献立名	おやつ 午前(1・2歳児) 午後(1～5歳児)	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	おやつ 午前(1・2歳児) 午後(1～5歳児)	おもな材料(昼食)		
			あか 血や肉・骨 となる	きいろ 熱や力と なる	みどり 体の調子を よくなる				あか 血や肉・骨 となる	きいろ 熱や力と なる	みどり 体の調子を よくなる
1	焼きそば トマトの甘酢かけ すまし汁 オレンジ	クラッカー 丸ぼうろ ミルク	豚もも肉 豆腐 わかめ	焼きそば麺 	キャベツ 玉ねぎ 青のり トマト 刻みパセリ たけのこ	18	雑穀ご飯 鶏肉のさっぱり煮 春雨の中華炒め ゆし豆腐 パイン缶	りんご せんべい ヨーグルト	鶏もも肉 豚もも肉 ゆし豆腐 あおさ	新玄米 新玄米 あわ 大麦 きび 春雨	たけのこ 人参 キャベツ しめじ ブロッコリー
3	雑穀ご飯 豆腐ハンバーグ きんぴらごぼう マカロニサラダ みそ汁 オレンジ	りんご スイートポテト ミルク	豚ひき肉 豚ひき肉 豆腐 ちくわ わかめ ツナ	新玄米 新玄米 あわ 大麦 きび マカロニ さつま芋	ごぼう 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく ニラ しめじ きゅうり	19	ロールパン ローストチキン マカロニサラダ 豆乳シチュー りんご	バナナ 誕生ケーキ アンパンマンりんご お誕生会	鶏もも肉 ベーコン ツナ	ロールパン マカロニ じゃが芋	玉ねぎ 人参 りんご レーズン きゅうり ブロッコリー
4	もずく丼 ほうれん草のかか和え みそ汁 バナナ	オレンジ せんべい フルーツゼリー	豚ひき肉 もずく 油揚げ	新玄米 新玄米 あわ 大麦 きび	しょうが ピーマン 赤ピーマン ほうれん草 人参 えのきたけ 小松菜	20	キーマカレー(夏野菜) カリカリきゅうり 卵スープ スイカ	ブルー 大学芋 ミルク	豚ひき肉 卵 わかめ	新玄米 新玄米 あわ 大麦 きび じゃが芋	人参 玉ねぎ へちま なす トマト缶 マッシュルーム きゅうり
5	雑穀ご飯 揚げ魚のケチャップあん 野菜炒め オクラ納豆 みそ汁 りんご	バナナ 冷やしそうめん	白身魚 かまぼこ ひきわり納豆 わかめ 油揚げ	新玄米 新玄米 あわ 大麦 きび そうめん	ほうれん草 人参 しめじ 玉ねぎ オクラ へちま ねぎ	21	雑穀ご飯 納豆 豚の角煮風 昆布イリチー 胡瓜しらすあえ みそ汁 オレンジ	せんべい 人参アガラサー ミルク	ひきわり納豆 豚 三枚肉 ツナ しらす干し 油揚げ わかめ	新玄米 新玄米 あわ 大麦 きび	サニーレタス 昆布 かんぴょう 人参 糸こんにゃく きゅうり とうがん
6	スパゲティミートソース コーンサラダ レタスのスープ オレンジ	ウエハース ベイクドチーズケーキ ミルク	牛ひき肉 豚ひき肉 豆腐 わかめ	スパゲティ コーン	人参 玉ねぎ マッシュルーム トマト ピーマン ブロッコリー えのきたけ	22	タコライス ブロッコリー コーンスープ バナナ	クラッカー どら焼き ミルク	豚ひき肉 チーズ	新玄米 新玄米 あわ 大麦 きび	人参 にんにく レタス トマト ブロッコリー コーン
7	雑穀ご飯 魚のフライ(タルタルソース添) オクラツナ炒め もずくの酢物 みそ汁 りんご	オレンジ バナナケーキ ミルク	白身魚 卵 ツナ もずく 油揚げ わかめ	新玄米 新玄米 あわ 大麦 きび じゃが芋	玉ねぎ 刻みパセリ オクラ ねぎ きゅうり コーン 人参	24	雑穀ご飯 納豆 ちくわのみもみ揚げ 冬瓜のそぼろ煮 温サラダ そうめん汁 バナナ	りんご レモンラスク 豆乳	ひきわり納豆 ちくわ 豚ひき肉	新玄米 新玄米 あわ 大麦 きび そうめん 食パン	赤ピーマン パセリ とうがん グリーンピース コーン キャベツ ブロッコリー
8	雑穀ご飯 チキン照り焼き ブロッコリーソー スティック胡瓜 ゆし豆腐 パイン缶	クラッカー 園内研修	鶏もも肉 ゆし豆腐 あおさ ちくわ	新玄米 新玄米 あわ 大麦 きび	しょうが にんにく ブロッコリー 人参 コーン きゅうり	25	フーチーパージュシー チキンごま焼き 切干大根のイリチー あおさ汁 スイカ	せんべい りんごケーキ ミルク 旧盆(ウンケー)	ツナ 鶏もも肉 豚もも肉 あおさ 豆腐	新玄米 新玄米 あわ	赤ピーマン 人参 切干大根 かんぴょう 糸こんにゃく 干椎茸
10	豚肉ピビンバ くずきりの甘酢あえ みそ汁 スイカ	りんご せんべい プリン	豚もも肉 わかめ ハム 豆腐 卵	新玄米 新玄米 あわ 大麦 きび くずきり	ほうれん草 もやし 人参 きゅうり とうがん ねぎ	26	雑穀ご飯 さばのみそ煮 ひじき五目煮 ほうれん草ツナ和え みそ汁 りんご	バナナ キャラットサンド ミルク 旧盆(ナカビ)	さば ちくわ 油揚げ ツナ ひじき わかめ	新玄米 新玄米 あわ 大麦 きび 食パン	しょうが 長ねぎ 人参 糸こんにゃく ほうれん草 大根 ねぎ
12	冷やし中華 きびなごのから揚げ ブロッコリー バナナ	バナナ 青菜おにぎり 小魚	ハム 卵 きびなご	中華めん 新玄米 新玄米 あわ	きゅうり もやし トマト ブロッコリー	27	雑穀ご飯 まぐろカツ ほうれん草ソー わかめスープ りんご	ブルー ちんびん ミルク 旧盆(ウーケイ)	まぐろ ちくわ ツナ わかめ	新玄米 新玄米 あわ 大麦 きび	サニーレタス ほうれん草 人参 コーン 大根 みつば
13	ポークカレー ヨーグルトサラダ わかめスープ	ブルー きなこグラノーラ ミルク	豚もも肉 わかめ 卵	新玄米 新玄米 あわ 押し麦 じゃが芋	人参 玉ねぎ グリーンピース みつば バナナ ヨーグルト	28	雑穀ご飯 豚肉しょうが焼き 八宝菜 胡瓜の甘酢あえ すまし汁 オレンジ	オレンジ サーターアンダギー ミルク	豚もも肉 豆腐 もずく しらす干し	新玄米 新玄米 あわ 大麦 きび	玉ねぎ 赤ピーマン かんぴょう 白菜 たけのこ きゅうり えのきたけ
14	★お弁当会★ 愛情たっぷりのお弁当 お願いします	ウエハース クリームパン ミルク				29	雑穀ご飯 麻婆豆腐 トマトサラダ 中華スープ バナナ	クラッカー 塩せんべい ミルク	豚ひき肉 豆腐	新玄米 新玄米 あわ 大麦 きび 春雨	生しいたけ 人参 たけのこ ニラ トマト ブロッコリー チンゲン菜
15	雑穀ご飯 のり佃煮 肉じゃが 温サラダ みそ汁 パイン缶	クラッカー 亀の甲せんべい ミルク	豚もも肉 油揚げ	新玄米 新玄米 あわ 大麦 きび じゃがいも	糸こんにゃく 人参 玉ねぎ グリーンピース しめじ ブロッコリー キャベツ とうがん	31	雑穀ご飯 さばのかば焼き 根菜煮物 きゅうりの中華風 みそ汁 オレンジ	りんご 小倉ケーキ ミルク	さば 油揚げ 豆腐 わかめ	新玄米 新玄米 あわ 大麦 きび	大根 人参 干椎茸 きゅうり 長ねぎ
17	雑穀ご飯 納豆 魚の照り焼き 南瓜の煮物 切干大根ごま酢あえ みそ汁 バナナ	りんご もずく入りリャーチー ミルク	赤魚 鶏ささみ 油揚げ わかめ ツナ もずく	新玄米 新玄米 あわ 大麦 きび	かぼちゃ 切干大根 人参 きゅうり ごぼう えのきたけ ねぎ						

★ 材料、行事、その他の都合により、献立を変更することがあります。 ★ 食物アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき実施しています。

★ 「離乳食の献立表」は、該当者だけにお配りしています。 ★ 幼児食移行期(1歳～1歳半頃)は、咀嚼能力にあわせて調理形態や食材を替える場合があります。



【令和8年】

- ★ 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って、離乳食を進めます。
- ★ 献立は月齢ごとの目安です。使用食品・調理形態・分量など、個人差を考慮します。
- ★ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月頃です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。

【NO 1】 (作成者) 管理栄養士 高 貴子

回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月令	5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
形態 固さ	なめらかにすりつぶした状態 ブレンヨーグルト状(ごっくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)
1 土	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト とろとろバナナ すまし汁	おじや すまし汁 バナナ	おじや すまし汁 バナナ	全がゆ(べたべた) 煮かぼちゃ 魚のみそ汁 オレンジ	全がゆ ⇒ 軟飯 煮かぼちゃ 魚のみそ汁 オレンジ
	(主な材料) 米 人参 キャベツ 玉ねぎ ツナ 豆腐 わかめ バナナ			米 かぼちゃ 玉ねぎ 白身魚 大根 人参 オレンジ	
3 月	10倍がゆ(とろとろ) ポテトすり流し 大根ペースト すまし汁	全がゆ(べたべた) 鶏と野菜のだし煮 みそ汁 オレンジ	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏と野菜のだし煮 みそ汁 オレンジ	全がゆ(べたべた) 人参ツナ煮 コーンスープ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 人参ツナ煮 コーンスープ りんご
	(主な材料) 米 鶏ささみ じゃが芋 玉ねぎ 人参 大根 わかめ 麩 オレンジ			米 人参 玉ねぎ じゃが芋 ツナ クリームコーン缶 りんご	
4 火	10倍がゆ(とろとろ) 豆腐のすり流し かぼちゃペースト すまし汁	かぼちゃがゆ(べたべた) 豆腐の野菜あんかけ あおさ汁 バナナ	かぼちゃがゆ ⇒ かぼちゃ軟飯 豆腐の野菜あんかけ あおさ汁 バナナ	全がゆ(べたべた) 冬瓜のそぼろ煮風 みそ汁 りんごゼリー	全がゆ ⇒ 軟飯 冬瓜のそぼろ煮風 みそ汁 りんごゼリー
	(主な材料) 米 かぼちゃ 豆腐 玉ねぎ 人参 あおさ 麩 バナナ			米 とうがん 人参 鶏ひき肉 じゃが芋 りんごジュース	
5 水	10倍がゆ(とろとろ) ほうれん草ペースト 白身魚すり流し とろとろきなこバナナ すまし汁	菜がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 人参スープ きなこバナナ	菜がゆ ⇒ 菜 軟飯 白身魚のみどり煮 人参スープ きなこバナナ	納豆がゆ(べたべた) ポテト団子 みそ汁 オレンジ	納豆がゆ ⇒ 納豆軟飯 ポテト団子 へちまのみそ汁 オレンジ
	(主な材料) 米 サラダ菜 白身魚 ほうれん草 人参 玉ねぎ クリームコーン缶 バナナ きなこ			米 ひき割り納豆 じゃが芋 ほうれん草 人参 わかめ オレンジ	
6 木	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し トマトペースト ポテトすり流し 野菜スープ	全がゆ(べたべた) 魚と野菜のトマト煮 すまし汁 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のトマト煮 すまし汁 りんご	全がゆ(べたべた) 豆腐としらすのみどり煮 みそ汁 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐としらすのみどり煮 みそ汁 バナナ
	(主な材料) 米 白身魚 玉ねぎ 人参 トマト じゃが芋 あおさ 麩 りんご			米 豆腐 しらす干し ブロッコリー 人参 じゃが芋 バナナ	
7 金	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚すり流し 根菜ペースト すまし汁	全がゆ(べたべた) 白身魚と野菜のだし煮 みそ汁 オレンジ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚と野菜のだし煮 みそ汁 オレンジ	パンがゆ⇒コロコロトースト チキンクリームスープ バナナ	スティックトースト チキンクリームスープ バナナ
	(主な材料) 米 ブロッコリー 白身魚 じゃが芋 人参 玉ねぎ わかめ 麩 オレンジ			食パン 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ブロッコリー バナナ	
8 土	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト ポテトすり流し すまし汁	全がゆ(べたべた) 鶏肉と根菜のうま煮 ゆし豆腐 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏肉と根菜のうま煮 ゆし豆腐 バナナ	全がゆ(べたべた) ひき割り納豆 野菜スープ オレンジ	全がゆ ⇒ 軟飯 ひき割り納豆 野菜スープ オレンジ
	(主な材料) 米 人参 じゃがいも 鶏肉 玉ねぎ ほうれん草 ゆし豆腐 あおさ バナナ			米 ひき割り納豆 じゃが芋 人参 玉ねぎ ささみ オレンジ	
10 月	10倍がゆ(とろとろ) さつま芋ペースト 人参ペースト ほうれん草ペースト	野菜がゆ(べたべた) さつま芋のりんご煮 豆腐のみそ汁 スイカ	野菜がゆ ⇒ 野菜軟飯 さつま芋のりんご煮 豆腐のみそ汁 スイカ	全がゆ(べたべた) とうがんそぼろ煮風 野菜スープ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 とうがんそぼろ煮風 野菜スープ りんご
	(主な材料) 米 人参 ほうれん草 さつま芋 りんご 豆腐 わかめ とうがん スイカ			米 とうがん 玉ねぎ ささみ 人参 チンゲン菜 りんご	
12 水	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し トマトペースト 野菜スープ	全がゆ(べたべた) 魚と野菜のトマト煮 みそ汁 スイカ	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のトマト煮 みそ汁 スイカ	みそおじや きゅうりのおかか煮 あおさ汁 オレンジ	みそおじや きゅうりのおかか煮 あおさ汁 オレンジ
	(主な材料) 米 白身魚 玉ねぎ 人参 レタス トマト じゃが芋 わかめ スイカ			米 大根 人参 ツナ缶 きゅうり あおさ 麩 オレンジ	
13 木	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のミルク煮 とうがんすり流し すまし汁	全がゆ(べたべた) 魚と野菜のうま煮 みそ汁 オレンジ	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のうま煮 みそ汁 オレンジ	全がゆ(べたべた) 炒り豆腐 さつま汁 りんごぐず煮	全がゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 さつま汁 りんごぐず煮
	(主な材料) 米 白身魚 玉ねぎ 人参 とうがん わかめ 麩 オレンジ			米 豆腐 玉ねぎ 人参 さつま芋 りんご	
14 金	♡お弁当会♡ 愛情たっぷりのお弁当をお願いします			あおさがゆ(べたべた) ブロッコリーのツナ煮 くたくたそうめん汁 りんご	あおさがゆ ⇒ あおさ 軟飯 ブロッコリーのツナ煮 そうめん汁 りんご
				米 あおさ ブロッコリー 玉ねぎ ツナ缶 そうめん 人参 りんご	
15 土	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚すり流し ポテトすり流し 野菜スープ	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 みそ汁 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 みそ汁 りんご	みどりがゆ(べたべた) とうがんツナ煮 ポテトスープ バナナ	みどりがゆ ⇒ みどり軟飯 とうがんツナ煮 ポテトスープ バナナ
	(主な材料) 米 白身魚 ブロッコリー じゃがいも とうがん わかめ りんご			食パン 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ブロッコリー バナナ	

※ 離乳食の進め方など気になることは、担任の先生へお気軽にお問合せください。



回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月令	5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
形態	なめらかにすりつぶした状態	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ
固さ	プレーンヨーグルト状(ごっくん)	絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	バナナ位(かみかみ)	絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	バナナ位(かみかみ)
17 月	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し かぼちゃペースト 野菜スープ (主な材料) 米 かぼちゃ 白身魚 人参 わかめ じゃが芋 オレンジ	かぼちゃがゆ(べたべた) 白身魚と人参のうま煮 みそ汁 オレンジ	かぼちゃがゆ ⇒ かぼちゃ軟飯 白身魚と人参のうま煮 みそ汁 オレンジ	全がゆ(べたべた) 鶏と野菜のスープ煮 かぼちゃスープ バナナ 米 ささみ 人参 じゃが芋 かぼちゃ クリームコーン缶 パナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏と野菜のスープ煮 かぼちゃスープ バナナ
18 火	10倍がゆ(とろとろ) 絹ごし豆腐のすり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 絹ごし豆腐 人参 ブロッコリー わかめ 鮭 キャベツ スイカ	全がゆ(べたべた) 二色豆腐 みそ汁 スイカ	全がゆ ⇒ 軟飯 二色豆腐 みそ汁 スイカ 	パンがゆ⇒コロコロトースト ブロッコリーのおかか煮 コーンスープ りんご 食パン ブロッコリー じゃが芋 人参 玉ねぎ キャベツ りんご	スティックトースト ブロッコリーのおかか煮 コーンスープ りんご
19 水	10倍がゆ(とろとろ) 豆腐のすり流し 根菜ペースト 野菜ペースト (主な材料) 米 絹ごし豆腐 人参 ブロッコリー じゃが芋 玉ねぎ クリームコーン缶 オレンジ	全がゆ(べたべた) 二色豆腐 ポテトスープ オレンジ	全がゆ ⇒ 軟飯 二色豆腐 ポテトスープ オレンジ	みどりがゆ(べたべた) 鶏肉と野菜のうま煮 みそ汁 りんご 米 ブロッコリー 鶏肉 人参 じゃが芋 玉ねぎ わかめ 鮭 りんご	みどりがゆ ⇒ みどり軟飯 鶏肉と野菜のうま煮 みそ汁 りんご
20 木	10倍がゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト 野菜スープ (主な材料) 米 しらす干し きゅうり じゃが芋 人参 玉ねぎ ささみ クリームコーン缶 りんご	しらすがゆ(べたべた) きゅうりのおかか煮 チキンスープ りんご	しらすがゆ ⇒ しらす 軟飯 きゅうりのおかか煮 チキンスープ りんご	野菜がゆ(べたべた) 人参トマト煮 豆腐のみそ汁 オレンジ 米 キャベツ なす 人参 玉ねぎ トマト缶 絹ごし豆腐 オレンジ	野菜がゆ ⇒ 野菜 軟飯 人参トマト煮 豆腐のみそ汁 オレンジ
21 金	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト ポテトペースト すまし汁 (主な材料) 米 レタス ささみ 人参 りんご とうがん わかめ パナナ	菜がゆ(べたべた) 鶏ささみのりんご煮 みそ汁 バナナ	菜がゆ ⇒ 菜軟飯 鶏ささみのりんご煮 みそ汁 バナナ	あおさがゆ(べたべた) 豆腐と根菜あんかけ コーンスープ オレンジ 米 あおさ 豆腐 人参 じゃが芋 クリームコーン缶 玉ねぎ オレンジ	あおさがゆ ⇒ あおさ 軟飯 豆腐と根菜あんかけ コーンスープ オレンジ
22 土	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト トマトペースト 野菜スープ (主な材料) 米 人参 トマト 玉ねぎ キャベツ ツナ缶 白身魚 ほうれん草 クリームコーン缶 パナナ	おじや 魚のトマト煮 野菜スープ バナナ	おじや 魚のトマト煮 野菜スープ バナナ	全がゆ(べたべた) 白身魚とポテトのスープ煮 みそ汁 りんご 米 白身魚 じゃが芋 玉ねぎ ブロッコリー キャベツ わかめ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚とポテトのスープ煮 みそ汁 りんご
24 月	10倍がゆ(とろとろ) 冬瓜すり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 とうがん グリーンピース ささみ 人参 わかめ スイカ	全がゆ(べたべた) 冬瓜のそぼろ煮風 みそ汁 スイカゼリー	全がゆ ⇒ 軟飯 冬瓜のそぼろ煮風 みそ汁 スイカゼリー	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜の煮びたし ポテトスープ バナナ 米 豆腐 人参 ブロッコリー じゃが芋 キャベツ パナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜の煮びたし ポテトスープ バナナ
25 火	10倍がゆ(とろとろ) 豆腐のすり流し かぼちゃペースト すまし汁 (主な材料) 米 かぼちゃ 豆腐 玉ねぎ 人参 あおさ 鮭 スイカ	かぼちゃがゆ(べたべた) 豆腐の野菜あんかけ あおさ汁 スイカ	かぼちゃがゆ ⇒ 軟飯 豆腐の野菜あんかけ あおさ汁 スイカ	全がゆ(べたべた) 冬瓜のそぼろ煮風 みそ汁 りんごゼリー 米 とうがん 人参 鶏ひき肉 じゃが芋 りんごジュース	全がゆ ⇒ 軟飯 冬瓜のそぼろ煮風 みそ汁 りんごゼリー
26 水	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し ブロッコリーペースト 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 ブロッコリー 玉ねぎ そうめん オレンジ	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 くたくたそうめん汁 オレンジ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどりあんかけ そうめん汁 オレンジ	全がゆ(べたべた) さつま芋きなこかけ チキンスープ バナナヨーグルト 米 さつま芋 ミルク きなこ 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 	全がゆ ⇒ 軟飯 さつま芋きなこかけ チキンスープ バナナヨーグルト
27 木	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 (レバー) サラダ菜 人参 玉ねぎ クリームコーン缶 あおさ スイカ	全がゆ(べたべた) 魚と野菜のスープ煮 みそ汁 スイカ	レバーがゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ煮 みそ汁 スイカ	おじや 炒り豆腐 ゆるゆるりんごゼリー すまし汁 米 じゃが芋 サラダ菜 ツナ缶 豆腐 玉ねぎ 人参 りんご	おじや 炒り豆腐 ゆるゆるりんごゼリー すまし汁
28 金	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト かぼちゃペースト 野菜スープ (主な材料) 米 豆腐 かぼちゃ バクチョイ そうめん 人参 オレンジ	全がゆ(べたべた) 二色豆腐 くたくたそうめん汁 オレンジ	全がゆ ⇒ 軟飯 二色豆腐 そうめん汁 オレンジ	全がゆ(べたべた) ツナじゃが風 みそ汁 りんご 米 じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 豆腐 人参 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが風 みそ汁 りんご
29 土	10倍がゆ(とろとろ) 絹ごし豆腐のすり流し とろとろバナナ 野菜スープ (主な材料) 米 絹ごし豆腐 人参 玉ねぎ ほうれん草 クリームコーン缶 パナナ	おじや コーンスープ バナナ	おじや コーンスープ バナナ	全がゆ(べたべた) あけぼの豆腐 根菜スープ りんご 米 豆腐 人参 じゃが芋 玉ねぎ クリームコーン缶 オレンジ	ひじきがゆ ⇒ ひじき軟飯 あけぼの豆腐 根菜スープ りんご
31 月	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し ポテトのすり流し すまし汁 (主な材料) 米 大根 人参 白身魚 じゃが芋 パナナ	全がゆ(べたべた) 野菜のやわらか煮 白身魚スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 野菜のやわらか煮 白身魚スープ バナナ	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜の煮物 みそ汁 オレンジ 米 豆腐 玉ねぎ 人参 あおさ 大根 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜の煮物 みそ汁 オレンジ