



識名さつき認定こども園



令和7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)栄養士 野原正子

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。											
おもな材料(昼食)											
日曜	献立名	午後のおやつ (1～5歳児)	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	午後のおやつ (1～5歳児)	おもな材料(昼食)		
			きいろ	みどり	みどり				きいろ	みどり	みどり
1	マージンごはん さばのゴマだれ焼き しゃきしゃき炒め トマト添え みそ汁 果物	ちんぴん 保育乳	さば 豚もも肉 ちくわ わかめ	精白米 強化米(鉄) もちきび 白ゴマ	糸こんにゃく もやし ごぼう 人参 トマト えのきたけ ねぎ ネーブル	19	マージンごはん 魚の照り焼き 春雨の中華炒め ゴーヤーの揚げ煮 みそ汁 果物	シナモントースト 保育乳	白身魚 豚もも肉 わかめ	精白米 強化米(鉄) もちきび 春雨 ゴマ	みどり たけのこ 人参 しめじ キャベツ さやいんげん にがうり 大根 ねぎ りんご
2	ごはん 納豆みそ 豚肉のしょうが焼き ひじきの五目煮 そうめん汁 果物	こいのぼりクッキー 保育乳	ひきわり納豆 ツナ缶 豚もも肉 干ひじき ちくわ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ △そうめん	赤ピーマン 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく ニラ ねぎ ネーブル レーズン	20	マージンごはん さばのカレー焼き 切干大根の旨煮 ブロッコリー みそ汁 果物	蒸し芋 保育乳	さば 鶏ささみ 豆腐 わかめ	精白米 強化米(鉄) もちきび	切干大根 人参 小松菜 ブロッコリー とうがん ねぎ りんご
7	もずくどんぶり 大根サラダ みそ汁 果物	黒糖アガラサー 保育乳	もずく 豚ひき肉 ツナ缶 油揚げ	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 白ゴマ	ピーマン コーン缶 大根 人参 きゅうり ニラ 椎茸	21	沖縄そば 温サラダ ゴマじゃが 果物	みそおにぎり 保育乳	豚三枚肉 れんこん (卵不使用) ツナ缶	沖縄そば (茹) じゃが芋 白すりごま	刻み昆布 ねぎ キャベツ トマト ブロッコリー バナナ
8	タコライス(チーズなし) フライドポテト スティックきゅうり コーンスープ 果物	マドレーヌ 保育乳	豚ひき肉 ベーコン(卵 不使用)	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	玉ねぎ 人参 レタス トマト きゅうり コーン缶 えのきたけ ネーブル	22	五目うどん ちくわの磯辺揚げ キャベツのおかかあえ 果物	肉みそおにぎり 保育乳	鶏もも肉 ちくわ 豚ひき肉	うどん 人参 山菜 キャベツ きゅうり りんご ねぎ	
9	スパゲティミートソース スティックきゅうり えのきたけと豆腐のスープ 果物	いなり寿司 保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉 わかめ 豆腐	スパゲティ	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン きゅうり えのきたけ バナナ	23	黒米ごはん チキン照り焼き 豆腐と野菜のみそ煮 スティックきゅうり そうめん汁 果物	コーンマヨパン 保育乳	鶏もも肉 原揚げ	精白米 黒米 強化米(鉄) そうめん	玉ねぎ 大根 人参 糸こんにゃく 干しいたけ チンゲン菜 きゅうり ねぎ ネーブル
10	鶏肉のあんかけ丼 ブロッコリー みそ汁 果物	はちや樟 保育乳	鶏もも肉 わかめ	精白米 強化米(鉄)	干しいたけ 玉ねぎ 人参 ねぎ コーン缶 ブロッコリー とうがん ネーブル	24	カレーピラフ ブロッコリー 白菜スープ 果物	おかき 保育乳	鶏もも肉 絹ごし豆腐	精白米 強化米(鉄)	人参 GP ブロッコリー 白菜 えのきたけ ねぎ ネーブル
12	キーマカレー きゅうりの中華風 わかめスープ フルーツヨーグルトサラダ	お魅ラスク 保育乳	鶏ひき肉 わかめ	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	人参 玉ねぎ コーン缶 GP ピーマン トマト缶 きゅうり えのきたけ バナナ みかん 缶	26	フーデバージュシー 鶏肉のマーマレード焼き かぼちゃのコロコロ揚げ スティックきゅうり みそ汁 果物	シークワーサーゼリー せんべい 麦茶	ツナ缶 鶏もも肉 油揚げ わかめ	精白米 強化米(鉄)	よもぎ 人参 かぼちゃ きゅうり とうがん ねぎ ネーブル
13	鶏ごぼうごはん 豚肉のソテー(りんごソースかけ) トマトときゅうりの酢みそあえ みそ汁 果物	マシュマロサンド 保育乳	鶏もも肉 豚肩ロース ちくわ わかめ 油揚げ	精白米 強化米(鉄)	人参 ごぼう GP トマト きゅうり 大根 ねぎ バナナ	27	マージンごはん 麻婆豆腐 大根サラダ 中華スープ 果物	レモンクッキー 保育乳	豆腐 豚ひき肉 ツナ缶 鶏ささみ	精白米 強化米(鉄) もちきび 春雨	生しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ ニラ 大根 チンゲン菜 コーン缶 バナナ
14	お弁当会	ジャムケーキ 保育乳				28	ごはん 魚の竜田揚げ 人参シリシリ もずくの酢物 みそ汁 果物	お誕生会 誕生会ケーキ 保育乳	白身魚 豆腐 もずく	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	人参 ブロッコリー にがうり もやし きゅうり えのきたけ ニラ ネーブル
15	ロールパン マカロニグラタン ポイルウィンナー ブロッコリーサラダ 野菜スープ 果物	ジュシーおにぎり 麦茶	鶏もも肉 豚肩ロース ウィンナー ベーコン	ロールパン (超熟) マカロニ じゃが芋	玉ねぎ ブロッコリー コーン缶 えのきたけ ほうれん草 人参 椎茸	29	わかめごはん とうがんのそぼろ煮 ブロッコリーとトマトのごまあえ イナムドウチ 果物	大学芋 保育乳	わかめ 豚ひき肉 豚肩ロース 豚三枚肉 カステラ ポコ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ 揚げごま (白)	とうがん GP ブロッコリー (冷) トマト 干しいたけ ねぎ ネーブル
16	マージンごはん 鶏肉のさっぱり煮 人参シリシリ 芋とひじきのサラダ みそ汁 果物	ヒラヤーチー 保育乳	鶏もも肉 ちくわ ツナ缶 干ひじき 油揚げ	精白米 強化米(鉄) もちきび さつま芋	人参 ブロッコリー もやし 白菜 ネーブル	30	ごはん レバーとポテトの揚げ煮 野菜炒め みそ汁 果物	もんすこう(ココア風味) 保育乳	豚しゃぶ ちくわ わかめ	精白米 じゃが芋	ブロッコリー コーン缶 キャベツ 人参 大根 玉ねぎ ねぎ バナナ
17	豚丼 カリカリきゅうり もずくスープ 果物	亀の甲せんべい 保育乳	豚肩ロース もずく 絹ごし豆腐	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	玉ねぎ ほうれん草 えのきたけ 人参 ねぎ きゅうり えのきたけ ネーブル	31	ハヤシライス スティックきゅうり すまし汁 果物	げんまい棒 保育乳	鶏ささみ 豆腐	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	玉ねぎ 人参 GP きゅうり えのきたけ ねぎ ネーブル

★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、『保育所におけるアレルギー対応ガイドライン(厚労省2019)』に沿って実施します。

★「離乳食の献立表」は、該当者だけに配布しています。
★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。





離乳食こんだて



識名さつき認定こども園



【令和 7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。

【NO1】

(作成者) 栄養士 野原正子

こちらで示す献立は目安です。保護者の方にご提出いただいた「給食(離乳食)で使用する食材のチェック表」に基づいて進めていきます。食材の使用がスムーズに進めていけるようご協力をどうぞよろしくお願いします。

回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月令	離乳初期 5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃
形態	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(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)
固さ					
1 木	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し ポテトすり流し 人参ペースト 野菜スープ	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 ポテトスープ(みそ風味) ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 ポテトのみそ汁 ネーブル	おじや チキンスープ バナナ	おじや チキンスープ バナナ
	(主な材料) 米 白身魚 ほうれん草 ジャが芋 人参 白菜 ネーブル			米 玉ねぎ 人参 あおさ ささみ Cコーン缶 バナナ	
2 金	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し かぼちゃのすり流し 野菜スープ	納豆がゆ(べたべた) かぼちゃのだし煮 くたくたそうめん汁 ネーブル	納豆がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃのだし煮 そうめん汁 ネーブル	魚入りおじや ブロッコリースープ バナナ	魚入りおじや ⇒ 軟飯 ブロッコリースープ バナナ 手づかみポテト
	(主な材料) 米 ひきわり納豆 かぼちゃ 玉ねぎ ほうれん草 そうめん あおさ ネーブル			米 白身魚 玉ねぎ 人参 ブロッコリー Cコーン缶 ジャが芋 バナナ	
7 水	つぶしがゆ(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) ツナじゃが 大根スープ	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが 大根スープ	みどりがゆ(べたべた) 魚と野菜のスープ りんご	みどりがゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ りんご
	(主な材料) 米 ジャが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 大根 あおさ			米 ブロッコリー 白身魚 人参 玉ねぎ ジャが芋 Cコーン缶 バナナ	
8 木	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト すまし汁	魚と野菜のおじや ポテトスープ ネーブル	魚と野菜のおじや ポテトスープ ネーブル	全がゆ(べたべた) かぼちゃの鶏ささみあん 野菜スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃの鶏ささみあん 野菜スープ バナナ
	(主な材料) 米 白身魚 人参 ほうれん草 ジャが芋 玉ねぎ Cコーン缶 ネーブル			米 かぼちゃ ささみ ブロッコリー 玉ねぎ レタス バナナ	
9 金	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト トマトペースト かぼちゃすり流し すまし汁	全がゆ(べたべた) 豆腐のだし煮 かぼちゃスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐のだし煮 かぼちゃスープ バナナ	おじや 魚と野菜のスープ ネーブル	おじや 魚と野菜のスープ ネーブル 手づかみ大根
	(主な材料) 米 豆腐 人参 青のり かぼちゃ 玉ねぎ Cコーン缶 バナナ			米 人参 大根 あおさ 白身魚 玉ねぎ ジャが芋 ほうれん草 ネーブル	
10 土	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト とうがんすり流し すまし汁	鶏おじや とうがん汁(みそ風味) ネーブル	鶏おじや とうがんのみそ汁 ネーブル	全がゆ(べたべた) 白身魚のポテト煮 人参スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のポテト煮 人参スープ バナナ
	(主な材料) 米 人参 玉ねぎ ささみ ブロッコリー とうがん あおさ ネーブル			米 白身魚 ジャが芋 青のり 人参 キャベツ Cコーン缶 バナナ	
12 月	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト ポテトすり流し 野菜スープ	おじや(トマト風味) ほうれん草スープ バナナ	おじや(トマト風味) ほうれん草スープ バナナ	きなこがゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 くたくたそうめん汁 ネーブル	きなこがゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 そうめん汁 ネーブル
	(主な材料) 米 人参 ささみ トマト缶 ジャが芋 玉ねぎ ほうれん草 バナナ			米 きなこ 白身魚 ブロッコリー そうめん 人参 ほうれん草 バナナ	
13 火	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 人参ペースト 大根すりつぶし すまし汁	全がゆ(べたべた) 魚と野菜のスープ煮 ほうれん草のスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ煮 ほうれん草のスープ バナナ 手づかみ大根	全がゆ(べたべた) かぼちゃのそぼろ煮風 ポテトスープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃのそぼろ煮風 ポテトスープ ネーブル
	(主な材料) 米 白身魚 人参 大根 ほうれん草 Cコーン缶 バナナ			米 かぼちゃ 玉ねぎ ささみ ジャが芋 ブロッコリー ネーブル	
14 水	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 人参ペースト ほうれん草ペースト	みどりがゆ(べたべた) 白身魚と野菜のだし煮 ゆし豆腐(薄) ネーブル	みどりがゆ ⇒ 軟飯 白身魚と野菜のだし煮 ゆし豆腐(薄) ネーブル	ツナがゆ かぼちゃスープ バナナ	ツナがゆ かぼちゃスープ バナナ
	(主な材料) 米 ほうれん草 キャベツ 白身魚 人参 ブロッコリー ゆし豆腐 あおさ ネーブル			米 ツナ缶 人参 青のり かぼちゃ 玉ねぎ Cコーン缶 バナナ	
15 木	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し ほうれん草すり流し 野菜スープ	あおさがゆ(べたべた) ポテトそぼろ煮風 ほうれん草スープ ネーブル	あおさがゆ ⇒ 軟飯 ポテトそぼろ煮風 ほうれん草スープ ネーブル	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 ポテトスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 ポテトスープ 手づかみ人参 バナナ
	(主な材料) 米 あおさ ジャが芋 人参 玉ねぎ ささみ ほうれん草 Cコーン缶 ネーブル			米 白身魚 ブロッコリー 玉ねぎ ジャが芋 人参 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	離乳初期 5・6ヶ月頃（開始後1ヶ月間）	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃
形態 固さ	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状（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）
16 金	つぶしがゆ（とろとろ） 人参ペースト ブロッコリーすり流し すまし汁	全がゆ（べたべた） 芋とブロッコリーのツナ煮 白菜スープ（みそ風味） ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 芋とブロッコリーのツナ煮 野菜のみそ汁 ネーブル	おじや かぼちゃスープ バナナ寒天	おじや かぼちゃスープ バナナ寒天
	（主な材料）米 さつま芋 ブロッコリー 人参 ツナ缶 白菜 あおさ ネーブル			米 ささみ さつま芋 人参 白菜 かぼちゃ 玉ねぎ バナナ 粉寒天	
17 土	つぶしがゆ（とろとろ） ほうれん草ペースト 人参ペースト すまし汁	のりがゆ（べたべた） 豆腐と野菜のスープ ネーブル	のりがゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のスープ ネーブル	おじや ポテトスープ バナナ	おじや ポテトスープ バナナ
	（主な材料）米 青のり 絹ごし豆腐 ほうれん草 人参 玉ねぎ ネーブル			米 ツナ缶 人参 玉ねぎ ささみ じゃが芋 白菜 コーン缶 バナナ	
19 月	つぶしがゆ（とろとろ） 白身魚のすり流し 人参ペースト 大根すりつぶし すまし汁	菜がゆ（べたべた） 煮魚 根菜スープ バナナ	菜がゆ ⇒ 軟飯 煮魚 根菜スープ バナナ	パンがゆ⇒コロコロトースト 鶏とかぼちゃのスープ ゆるゆるりんごゼリー	スティックトースト（手づかみ） 鶏とかぼちゃのスープ ゆるゆるりんごゼリー
	（主な材料）米 キャベツ 白身魚 青のり 人参 大根 バナナ			食パン ささみ 玉ねぎ 人参 かぼちゃ りんご 粉寒天	
20 火	つぶしがゆ（とろとろ） 白身魚のすり流し とうがんすり流し 人参ペースト すまし汁	野菜がゆ（べたべた） 豆腐と野菜のスープ バナナ	野菜がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のスープ バナナ	全がゆ（べたべた） さつま芋のりんご煮 魚とかぼちゃスープ	全がゆ ⇒ 軟飯 さつま芋のりんご煮 魚とかぼちゃスープ 手づかみ芋
	（主な材料）米 ブロッコリー 人参 豆腐 とうがん 小松菜 あおさ バナナ			米 さつま芋 りんご 白身魚 かぼちゃ 玉ねぎ 人参	
21 水	つぶしがゆ（とろとろ） ブロッコリーすり流し ポテトすり流し すまし汁	おじや ポテトスープ（みそ風味） ネーブル	おじや ポテトのみそ汁 ネーブル	全がゆ（べたべた） ツナじゃが ほうれん草スープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが ほうれん草スープ ネーブル
	（主な材料）米 ブロッコリー ささみ じゃが芋 人参 キャベツ あおさ バナナ			米 じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 ほうれん草 コーン缶 ネーブル	
22 木	つぶしがゆ（とろとろ） かぼちゃすり流し 人参ペースト すまし汁	鶏がゆ（べたべた） うどんスープ（みそ風味） バナナ	鶏がゆ ⇒ 軟飯 みそうどん汁 バナナ	全がゆ（べたべた） ツナじゃが 野菜スープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが 手づかみかぼちゃ 野菜スープ ネーブル
	（主な材料）米 ほうれん草 ささみ 茹でうどん 人参 キャベツ バナナ			米 じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 ブロッコリー かぼちゃ コーン缶	
23 金	つぶしがゆ（とろとろ） ほうれん草ペースト 人参ペースト すまし汁	菜がゆ（べたべた） チキンと大根のうま煮 くたくたそうめん汁 ネーブル	菜がゆ ⇒ 軟飯 チキンと大根のうま煮 そうめん汁 ネーブル	全がゆ（べたべた） 白身魚のおろし煮 野菜スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のおろし煮 野菜スープ バナナ
	（主な材料）米 チンゲン菜 ささみ 大根 人参 そうめん あおさ ネーブル			米 白身魚 大根 ブロッコリー 人参 じゃが芋 コーン缶 チンゲン菜 バナナ	
24 土	つぶしがゆ（とろとろ） 絹ごし豆腐のすり流し 人参ペースト 野菜スープ	人参がゆ（べたべた） 豆腐と野菜のスープ ネーブル	人参がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のスープ ネーブル	おじや チキン野菜スープ バナナ	おじや チキン野菜スープ バナナ
	（主な材料）米 人参 絹ごし豆腐 白菜 ブロッコリー 玉ねぎ ネーブル			米 かぼちゃ ほうれん草 ささみ じゃが芋 玉ねぎ コーン缶 バナナ	
26 月	つぶしがゆ（とろとろ） とうがんすり流し かぼちゃペースト すまし汁	全がゆ（べたべた） ツナじゃが とうがんスープ（みそ風味） ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが とうがんのみそ汁 ネーブル	全がゆ（べたべた） 鶏と野菜のうま煮 かぼちゃスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏と野菜のうま煮 かぼちゃスープ バナナ
	（主な材料）米 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ツナ缶 とうがん あおさ ネーブル			米 ささみ 人参 とうがん かぼちゃ 玉ねぎ コーン缶 バナナ	
27 火	つぶしがゆ（とろとろ） 大根すりつぶし 人参ペースト 青菜ペースト 野菜スープ	全がゆ（べたべた） 豆腐の二色煮 野菜スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐の二色煮 野菜スープ 手づかみ大根 バナナ	あおさがゆ（べたべた） かぼちゃのりんご煮 白身魚と野菜のスープ	あおさがゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃのりんご煮 白身魚と野菜のスープ
	（主な材料）米 豆腐 ブロッコリー 人参 チンゲン菜 大根 バナナ			米 あおさ かぼちゃ りんご 白身魚 人参 じゃが芋 ブロッコリー	
28 水	つぶしがゆ（とろとろ） ポテトすり流し ブロッコリーすり流し 人参ペースト すまし汁	みどりがゆ（べたべた） 豆腐と根菜のうま煮 くたくたそうめん ネーブル	みどりがゆ ⇒ 軟飯 豆腐と根菜のうま煮 くたくたそうめん ネーブル	おじや チキンと野菜のスープ バナナ	おじや チキンと野菜のスープ バナナ
	（主な材料）米 ブロッコリー 豆腐 じゃが芋 人参 玉ねぎ そうめん あおさ ネーブル			米 人参 ほうれん草 ささみ ブロッコリー 玉ねぎ コーン缶 バナナ	
29 木	つぶしがゆ（とろとろ） 白身魚のすり流し ポテトすり流し 人参ペースト すまし汁	全がゆ（べたべた） 白身魚とポテトのうま煮 大根のスープ（みそ風味） バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚とポテトのうま煮 大根のみそ汁 手づかみ大根 バナナ	全がゆ（べたべた） チキン野菜スープ かぼちゃ寒天 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 チキン野菜スープ かぼちゃ寒天 ネーブル
	（主な材料）米 白身魚 じゃが芋 人参 玉ねぎ 大根 あおさ バナナ			米 ささみ じゃが芋 人参 玉ねぎ コーン缶 かぼちゃ 粉寒天	
30 金	つぶしがゆ（とろとろ） かぼちゃすり流し 人参ペースト すまし汁	鶏がゆ（べたべた） うどんスープ（みそ風味） バナナ	鶏がゆ ⇒ 軟飯 みそうどん汁 バナナ	全がゆ（べたべた） ツナじゃが 野菜スープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが 手づかみかぼちゃ 野菜スープ ネーブル
	（主な材料）米 ほうれん草 ささみ 茹でうどん 人参 キャベツ バナナ			米 じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 ブロッコリー かぼちゃ コーン缶	
31 土	つぶしがゆ（とろとろ） 絹ごし豆腐のすり流し 人参ペースト 野菜スープ	おじや あおさ汁 ネーブル	おじや あおさ汁 ネーブル	みどりがゆ（べたべた） 白身魚と野菜のスープ バナナ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 白身魚と野菜のスープ バナナ
	（主な材料）米 玉ねぎ 人参 ほうれん草 あおさ 豆腐 ネーブル			米 ほうれん草 白身魚 じゃが芋 人参 玉ねぎ コーン缶 バナナ	