



令和8年(2026年)

★離乳食完了後の1歳児から2歳児は、朝のおやつとしてせんべいや果物、乳などを提供します。(記載は省略しています。)

★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



日 曜	献立名	午後のおやつ	おもな材料(昼食)			日 曜	献立名	午後のおやつ	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 する				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 する
1 金	こいのぼりライス 鶏のから揚げ トマトときゅうりの酢みそあえ 大根スープ ネーブル	こいのぼりクッキー 牛乳	鶏もも肉 ちくわ わかめ	精白米 強化米(鉄)	人参 トマト きゅうり 大根 ブロッコリー 赤ピーマン ネーブル	19 火	ロールパン ハンバーグ フライドポテト チーズコーンサラダ かぼちゃスープ りんご	しらすおにぎり 麦茶	豚ひき肉 牛ひき肉 チーズ ハム ベーコン	ロールパン じゃが芋	玉ねぎ レタス きゅうり かぼちゃ 白菜 コーン缶 りんご
2 土	豚焼肉どんぶり ブロッコリー(マヨ) みそ汁 ネーブル こどもまんなか児童福祉週間(5日~)	はちや棒 牛乳	豚肩ロース わかめ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	玉ねぎ 人参 ピーマン ブロッコリー とうがん ねぎ ネーブル	20 水	フーチパージュシー 鮭のもみじ焼き 切干大根のイリチー みそ汁 ネーブル	ジャムケーキ 牛乳	ツナ缶 鮭 鶏ささみ 豆腐 わかめ 調製豆乳	精白米 強化米(鉄)	よもぎ 赤ピーマン 人参 切干大根 かんぴょう こんにやく なす ネギ ネーブル
7 木	キーマカレー ポイルウィンナー カリカリきゅうり もずくスープ パイン缶	お麩ラスク 牛乳	鶏ひき肉 ウィンナー もずく	精白米 じゃが芋 白ゴマ	人参 GP 玉ねぎ コーン缶 ピーマン トマト缶 きゅうり えのきたけ ねぎ パイン缶	21 木	黒米ごはん 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 バナナ	大学芋 牛乳	豚ひき肉 豚肩ロース 豚三枚肉 カステラ カマボコ	精白米 黒米 強化米(鉄) 練りごま (白)	とうがん GP ブロッコリー トマト 干しいたけ ねぎ バナナ
8 金	黒米ごはん 豚肉のしょうが焼き ゴーヤーの揚げ煮 みそ汁 ネーブル	シナモントースト 牛乳	豚肩ロース 豆腐 わかめ	精白米 黒米 強化米(鉄) 白ゴマ 黒ゴマ	人参 玉ねぎ しめじ にがり 大根 ほうれん草 ネーブル	22 金	マージンごはん レバーの竜田揚げ 昆布イリチー トマトサラダ みそ汁 ネーブル	マシュマロサンド 牛乳	豚レバー 豚三枚肉 油揚げ	精白米 もちきび 白ゴマ	刻み昆布 人参 かんぴょう 糸こんにやく トマト レタス きゅうり 大根 ねぎ ネーブル
9 土	鶏肉のあんかけ丼 ブロッコリーのゴまあえ みそ汁 ネーブル	くろ棒 牛乳	鶏もも肉 油揚げ わかめ	精白米 強化米(鉄) ごま	干しいたけ 玉ねぎ 人参 GP コーン缶 ブロッコリー えのきたけ ねぎ ネーブル	23 土	ハヤシライス スティックきゅうり もずくスープ ネーブル	げんまい棒 牛乳	鶏ささみ もずく(塩抜き)	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
11 月	マージンごはん 納豆みそ 肉じゃが もずくの酢物 白菜スープ ネーブル	オートミールスナック 牛乳	ひきわり納豆 ツナ缶 豚肉 もずく	精白米 強化米(鉄) もちきび 白ゴマ じゃが芋	糸こんにやく 玉ねぎ 人参 ねぎ GP しめじ きゅうり 白菜 えのきたけ ネーブル	25 月	三色ごはん 青のりポテト きゅうりの甘酢あえ 春雨スープ バナナ	ゴマ風味焼き菓子 牛乳	鶏ひき肉 豚ひき肉 しらす干し わかめ 鶏ささみ	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 春雨 白ゴマ	人参 小松菜 きゅうり 赤ピーマン 白菜 バナナ
12 火	スパゲティミートソース きゅうりのごまあえ コーンスープ バナナ	いなり寿司 牛乳	牛ひき肉 豚ひき肉 ベーコン	スパゲティ ごま	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン きゅうり コーン缶 ほうれん草 バナナ	26 火	黒米ごはん さばのカレー焼き 人参シリシリー みそ汁 ネーブル	ココアラスク 固形ヨーグルト	さば 豚肉 油揚げ わかめ	精白米 黒米 強化米(鉄)	人参 ブロッコリー にがり やし とうがん ねぎ ネーブル
13 水	黒米ごはん 豚大根のみそ煮 芋とひじきのサラダ ゆし豆腐汁 ネーブル	ヨーグルト入りスコーン 牛乳	豚肩ロース 干ひじき ゆし豆腐	精白米 黒米 強化米(鉄) さつま芋	大根 人参 糸こんにやく ほうれん草 ネーブル	27 水	沖縄そば チーズコーンサラダ バナナ	青菜おにぎり 牛乳	豚三枚肉 丸かまぼこ ミックスチーズ ハム ツナ缶	沖縄そば (茹)	刻み昆布 ねぎ コーン缶 レタス きゅうり バナナ
14 木	マージンごはん さばのゴマだれ焼き 人参シリシリー スティックきゅうり(塩) もずくスープ りんご	あんサンド 牛乳	さば ちくわ ツナ缶 もずく	精白米 強化米(鉄) もちきび 白ゴマ	人参 ブロッコリー 玉ねぎ きゅうり 白菜 ねぎ りんご	28 木	マージンごはん 鶏肉のマーマレード焼き ひじきの五目煮 スライストマト みそ汁 りんご	玄米フレークスナック 牛乳	鶏もも肉 干ひじき ちくわ 豆腐	精白米 強化米(鉄) もちきび	人参 糸こんにやく GP ニラ トマト えのきたけ ねぎ りんご
15 金	ごはん(のり佃煮) 鶏肉のさっぱり煮 野菜チャンプルー そうめん汁 桃缶	マドレーヌ 牛乳	のり佃煮 鶏もも肉 ちくわ 豆腐	精白米 強化米(鉄) そうめん	キャベツ 人参 もやし ほうれん草 ねぎ 桃缶	29 金	黒米ごはん 魚のタルタル焼き きんぴらごぼう ブロッコリー もずくスープ パイン缶	芋天ぷら 牛乳	鮭 鶏もも肉 もずく 絹ごし豆腐	精白米 黒米 強化米(鉄) 白ゴマ	玉ねぎ ごぼう 赤ピーマン GP こんにやく 干しいたけ ブロッコリー ねぎ パイン缶
16 土	麻婆どんぶり ブロッコリー みそ汁 ネーブル	亀の甲せんべい 牛乳	豆腐 豚ひき肉 油揚げ わかめ	精白米 強化米(鉄)	人参 玉ねぎ ニラ ブロッコリー えのきたけ ねぎ ネーブル	30 土	ポロポロジュシー フライドポテト バナナ 麦茶	スティックパン 牛乳	豆腐 ツナ缶	精白米 じゃが芋	人参 ほうれん草 バナナ
18 月	もずくどんぶり かみかみごぼう ブロッコリーとツナのサラダ みそ汁 ネーブル	ちんびん 牛乳	もずく 豚ひき肉 ツナ缶 油揚げ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	ピーマン 赤ピーマン コーン缶 ごぼう ブロッコリー 人参 へちま 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(厚生省2019)』に沿って実施します。 ★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 (2026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) 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提出のご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

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	 例:かぼちゃ			 例:白身魚	
1	つぶしがゆ(とろとろ) 大根すりつぶし ブロッコリーすり流し 野菜スープ <small>(主な材料) 米 人参 ブロッコリー 白身魚 大根 あおさ パナナ</small>	おじや 魚と野菜のスープ バナナ	おじや 魚と野菜のスープ バナナ 手づかみ大根	のりがゆ(べたべた) ささみと野菜のうま煮 ほうれん草スープ <small>米 青のり ささみ 人参 大根 ほうれん草 コーン缶</small>	のりがゆ ⇒ 軟飯 ささみと野菜のうま煮 ほうれん草スープ
2	つぶしがゆ(とろとろ) とうがんとすり流し 人参ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 鶏肉 ブロッコリー 人参 とうがん あおさ ネーブル</small>	鶏おじや とうがんとみそ風味 ネーブル	鶏おじや とうがんとみそ汁 ネーブル	かぼちゃがゆ(べたべた) 白身魚と野菜のスープ バナナ <small>米 かぼちゃ 白身魚 ブロッコリー 人参 玉ねぎ パナナ</small>	かぼちゃがゆ ⇒ 軟飯 白身魚と野菜のスープ バナナ
7	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト 野菜スープ <small>(主な材料) 米 じゃが芋 青のり ささみ 玉ねぎ 人参 コーン缶</small>	全がゆ(べたべた) ころころポテト チキン野菜スープ	全がゆ ⇒ 軟飯 ころころポテト チキン野菜スープ	全がゆ(べたべた) 白身魚と根菜のスープ煮 かぼちゃスープ ネーブル <small>米 白身魚 じゃが芋 人参 かぼちゃ ほうれん草 ネーブル</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚と根菜のスープ煮 かぼちゃスープ ネーブル
8	つぶしがゆ(とろとろ) 大根すりつぶし 人参ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 豆腐 大根 ほうれん草 あおさ 人参 ネーブル</small>	全がゆ(べたべた) 豆腐と大根のだし煮 あおさ汁 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と大根のだし煮 あおさ汁 手づかみ大根 ネーブル	パンがゆ→コロコロトースト 魚と野菜のスープ きなこバナナ <small>食パン 白身魚 人参 じゃが芋 ブロッコリー BFホワイトソース パナナ きなこ</small>	スティックトースト(手づかみ) 魚と野菜のスープ きなこバナナ
9	つぶしがゆ(とろとろ) ブロッコリーすり流し 人参ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 ツナ缶 人参 玉ねぎ かぼちゃ ブロッコリー BFホワイトソース ネーブル</small>	ツナおじや かぼちゃスープ ネーブル	ツナおじや ⇒ 軟飯 かぼちゃスープ ネーブル	あおさがゆ(べたべた) チキンスープ バナナ <small>米 あおさ ささみ じゃが芋 人参 玉ねぎ ほうれん草 パナナ</small>	あおさがゆ ⇒ 軟飯 チキンスープ バナナ
11	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 野菜スープ <small>(主な材料) 米 ひきわり納豆 じゃが芋 人参 ブロッコリー 玉ねぎ ツナ缶 白菜</small>	納豆がゆ(べたべた) ツナじゃが 白菜スープ	納豆がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが 白菜スープ 手づかみポテト	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 根菜スープ ネーブル <small>米 白身魚 ブロッコリー じゃが芋 人参 コーン缶 ネーブル</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 根菜スープ ネーブル
12	つぶしがゆ(とろとろ) ほうれん草ペースト ポテトすり流し 野菜スープ <small>(主な材料) 米 ほうれん草 白身魚 玉ねぎ 人参 コーン缶 パナナ</small>	みどりがゆ(べたべた) 魚と野菜のスープ バナナ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ バナナ	鶏おじや くたくたそうめん汁 ネーブル <small>米 人参 きゅうり かぼちゃ ささみ そうめん ほうれん草 ネーブル</small>	鶏おじや そうめん汁 ネーブル
13	つぶしがゆ(とろとろ) さつま芋ペースト ほうれん草ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 さつま芋 大根 人参 ゆし豆腐 ほうれん草 ネーブル</small>	全がゆ(べたべた) 根菜だし煮 ゆし豆腐汁(薄) ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 根菜だし煮 ゆし豆腐汁(薄) ネーブル	ツナがゆ 大根スープ バナナヨーグルト <small>米 ツナ缶 ほうれん草 さつま芋 大根 あおさ パナナ Pヨーグルト</small>	ツナがゆ 大根スープ バナナヨーグルト
14	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し ブロッコリーすり流し 人参ペースト <small>(主な材料) 米 白身魚 人参 ブロッコリー あおさ 白菜 りんご 粉寒天</small>	魚と野菜のおじや あおさ汁 ゆるゆるりんごゼリー	魚と野菜のおじや あおさ汁 ゆるゆるりんごゼリー	パンがゆ→ころころトースト チキン野菜スープ ネーブル <small>食パン ささみ かぼちゃ ブロッコリー 玉ねぎ 白菜 ネーブル</small>	スティックトースト(手づかみ) チキン野菜スープ ネーブル
15	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 <small>(主な材料) 米 豆腐 人参 キャベツ そうめん ほうれん草 パナナ</small>	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のだし煮 くたくたそうめん汁 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のだし煮 そうめん汁 バナナ	のりがゆ(べたべた) ツナじゃが 野菜スープ <small>米 青のり じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 かぼちゃ ほうれん草 コーン缶</small>	のりがゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが 野菜スープ



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
	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 土	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	豆腐入りおじや 野菜スープ ネーブル	豆腐入りおじや 野菜スープ ネーブル	みどりがゆ(べたべた) ツナとかぼちゃのスープ バナナ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 ツナとかぼちゃのスープ バナナ
	【主な材料】 米 人参 豆腐 玉ねぎ ブロッコリー ネーブル			米 ブロッコリー かぼちゃ ツナ缶 玉ねぎ コーン缶 バナナ	
18 月	つぶしがゆ(とろとろ) ブロッコリーすり流し 人参ペースト すまし汁	かぼちゃがゆ 魚のスープ ネーブル	かぼちゃがゆ 魚のスープ ネーブル	全がゆ(べたべた) ほうれん草のささみあん あおさ汁 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 野菜と鶏そぼろ煮 あおさ汁 バナナ
	【主な材料】 米 かぼちゃ 白身魚 じゃが芋 ブロッコリー 人参 BFホワイトソース ネーブル			米 ほうれん草 ささみ あおさ じゃが芋 バナナ	
19 火	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し ポテトのすり流し 野菜スープ	のりがゆ(べたべた) 白身魚とポテトのうま煮 かぼちゃスープ 手づかみポテト	のりがゆ ⇒ 軟飯 白身魚とポテトのうま煮 かぼちゃスープ	みどりがゆ ツナじゃが りんご果汁	みどりがゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが りんご果汁
	【主な材料】 米 青のり 白身魚 じゃが芋 人参 かぼちゃ 玉ねぎ			米 ブロッコリー 白菜 じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 りんご果汁	
20 水	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し ほうれん草ペースト すまし汁	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のだし煮 ポテトスープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のだし煮 ポテトスープ ネーブル	全がゆ(べたべた) 魚と野菜のうま煮 くたくたそうめん汁 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のうま煮 そうめん汁 バナナ
	【主な材料】 米 豆腐 ほうれん草 じゃが芋 人参 コーン缶 ネーブル			米 白身魚 かぼちゃ ほうれん草 そうめん 人参 バナナ	
21 木	つぶしがゆ(とろとろ) とうがんすり流し ブロッコリーのすり流し すまし汁	全がゆ(べたべた) 鶏ととうがんのうま煮 ほうれん草スープ	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏ととうがんのうま煮 ほうれん草スープ	おじや 魚とほうれん草のスープ バナナ	おじや 魚とほうれん草のスープ バナナ
	【主な材料】 米 とうがん ささみ ブロッコリー ほうれん草 コーン缶			米 人参 さつま芋 あおさ 白身魚 ほうれん草 コーン缶 バナナ	
22 金	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 大根すりつぶし すまし汁	全がゆ(べたべた) 白身魚のおろしあん 大根汁(みそ風味) ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のおろしあん 大根のみそ汁 手づかみ大根 ネーブル	ツナおじや ポテトスープ ゆるゆるかぼちゃ寒天	ツナおじや ポテトスープ ゆるゆるかぼちゃ寒天
	【主な材料】 米 白身魚 きゅうり 人参 大根 あおさ ネーブル			米 ツナ缶 人参 レタス じゃが芋 ほうれん草 BFホワイトソース かぼちゃ 粉寒天	
23 土	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	鶏おじや あおさ汁 ネーブル	鶏おじや あおさ汁 ネーブル	ツナがゆ(べたべた) かぼちゃポタージュ バナナ	ツナがゆ かぼちゃポタージュ バナナ
	【主な材料】 米 ささみ 人参 じゃが芋 ほうれん草 あおさ ネーブル			米 ツナ缶 青のり かぼちゃ 玉ねぎ 人参 コーン缶 バナナ	
25 月	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト 野菜スープ	しらすがゆ(べたべた) 野菜そぼろ煮風 白菜スープ	しらすがゆ ⇒ 軟飯 野菜そぼろ煮風 白菜スープ	みどりがゆ(べたべた) 魚とかぼちゃのスープ バナナ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 魚とかぼちゃのスープ バナナ
	【主な材料】 米 しらす干し 小松菜 じゃが芋 人参 ささみ 白菜 あおさ			米 ほうれん草 白身魚 人参 かぼちゃ BFホワイトソース バナナ	
26 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	全がゆ(べたべた) 魚と野菜のスープ煮 とうがん汁(みそ風味) ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ煮 とうがんのみそ汁 ネーブル	パンがゆ→ころころトースト チキン野菜スープ バナナ	スティックトースト チキン野菜スープ バナナ
	【主な材料】 米 白身魚 ブロッコリー 人参 とうがん あおさ ネーブル			食パン ささみ かぼちゃ ブロッコリー 玉ねぎ 白菜 バナナ	
27 水	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト 野菜スープ	野菜うどん 白身魚のケチャップ風味 バナナ	野菜うどん 白身魚のケチャップ風味 バナナ 手づかみポテト	全がゆ(べたべた) 鶏ささみの野菜あん ポテトスープ(みそ風味) ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏ささみの野菜あん ポテトのみそ汁 ネーブル
	【主な材料】 米 茹でうどん 人参 玉ねぎ 白身魚 じゃが芋 ブロッコリー バナナ			米 ささみ 人参 小松菜 りんご じゃが芋 あおさ ネーブル	
28 木	つぶしがゆ(とろとろ) ほうれん草ペースト ポテトすり流し トマトペースト すまし汁	全がゆ・トマト添え 豆腐と根菜のだし煮 あおさ汁 ネーブル	全がゆ・トマト添え⇒軟飯 豆腐と根菜のだし煮 あおさ汁 ネーブル	鶏おじや かぼちゃスープ ゆるゆるりんごゼリー	鶏おじや かぼちゃスープ ゆるゆるりんごゼリー
	【主な材料】 米 トマト 豆腐 人参 じゃが芋 ブロッコリー あおさ ネーブル			米 ささみ 人参 かぼちゃ 玉ねぎ コーン缶 りんご 粉寒天	
29 金	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 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) 魚と人参のうま煮 ポテトスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と人参のうま煮 ポテトスープ 手づかみポテト バナナ	芋がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のスープ(みそ風味) ネーブル	芋がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のみそ汁 ネーブル
	【主な材料】 米 白身魚 人参 ブロッコリー じゃが芋 コーン缶 バナナ			米 さつま芋 絹ごし豆腐 玉ねぎ 人参 ほうれん草 ネーブル	
30 土	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト ほうれん草ペースト すまし汁	みそおじや ポテトスープ バナナ	みそおじや ポテトスープ バナナ	全がゆ(べたべた) 鶏と野菜のスープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏と野菜のスープ ネーブル
	【主な材料】 米 人参 豆腐 ツナ缶 じゃが芋 あおさ バナナ			米 ささみ かぼちゃ 玉ねぎ ほうれん草 BFホワイトソース ネーブル	

※ 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。