



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

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)		
			あか	きいろ	みどり				あか	きいろ	みどり
1 水	豚肉ピビンバ フライドポテト キャベツのスープ みかん	ココア蒸しパン 保育乳	豚もも肉 鶏ささみ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ じゃが芋	コーン缶 ほうれん草 もやし 人参 キヤベツ えのきだけ 赤ピーマン みかん	17 金	ゆし豆腐そば かぼちゃのケチャップ炒め カリカリきゅうり みかん	沖縄そばの日 保育乳	ゆし豆腐 丸かまほこ 豚ひき肉	沖縄そば (茹) 白ゴマ	刻み昆布 ねぎ かぼちゃ 玉ねぎ きゅうり みかん
2 木	マージンごはん 揚げ魚のケチャップあん ひじきの五目煮 プロッコリー(マヨ) みそ汁 みかん	ホットケーキ 保育乳	白身魚 干ひじき ちくわ 豆腐 わかめ	精白米 強化米(鉄) もちきび	人参 糸こんにゃく GP プロッコリー 大根 ねぎ みかん	18 土	鶏肉のあんかけ丼 きゅうりのごまあえ みそ汁 みかん	げんまい棒 保育乳	鶏もも肉 絹ごし豆腐 わかめ	精白米 強化米(鉄) ごま	干しいたけ 玉ねぎ GP 人参 ねぎ コーン缶 きゅうり えのきだけ みかん
3 金	スパゲティミートソース ステイックきゅうり(マヨ) コーンスープ バナナ	わかめおにぎり 保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉	スパゲティ 精白米 強化米(鉄)	人参 玉ねぎ トマト セロリ ビーマン きゅうり コーン缶 白菜 バナナ	20 月	黒米ごはん 豚肉のしうが焼き ひじきの五目煮 プロッコリー(マヨ) みそ汁 桃缶	蒸し芋(焼き芋) 保育乳	豚肩ロース 干ひじき ちくわ 油揚げ	精白米 黒米 強化米(鉄)	赤ピーマン 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく GP ニラ プロッコリー 大根 ネギ 桃缶
4 土	カレーピラフ プロッコリーのサラダ みそ汁 みかん	タンナファクルー 保育乳	鶏もも肉 ハム ツナ缶 豆腐	精白米 強化米(鉄)	人参 GP プロッコリー えのきだけ ねぎ みかん	21 火	のりごはん かぼちゃのミートグラタン コーンサラダ 豆腐との白菜スープ りんご	誕生日ケーキ 保育乳	豚ひき肉 ピザチーズ わかめ 豆腐	精白米 強化米(鉄)	かぼちゃ 人参 玉ねぎ コーン缶 レタス みかん缶 白菜 プロッコリー ビーマン りんご
6 月	マージンごはん チキン照り焼き チンゲン菜炒め もずくの酢物 みそ汁 みかん	十五夜 保育乳	鶏もも肉 ちくわ もずく 油揚げ	精白米 強化米(鉄) もちきび じゃが芋	玉ねぎ チンゲン菜 人参 しめじ きゅうり ニラ みかん	22 水	マージンごはん 納豆みそ 豚肉のマーマレード焼き きんぴらごぼう そうめん汁 みかん	お麸ラスク 保育乳	ひきわり納豆 ツナ缶 豚肩ロース ちくわ	精白米 強化米(鉄) もちきび 白ゴマ そうめん	ごぼう 人参 糸こんにゃく ニラ しめじ ねぎ みかん
7 火	キーマカレー ステイックきゅうり(マヨ) すまし汁 フルーツヨーグルト添え	オートミールスナック りんごジュース	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 ビーマン トマト缶 きゅうり えのきだけ ねぎ パイン缶 かねこ	23 木	ロールパン 揚げ鶏のケチャップあん マカロニサラダ ポテトスープ 梨	いなり寿司 麦茶	鶏もも肉 ベーコン	ロールパン 白ゴマ マカロニ じゃが芋	パイン缶 人参 りんご レーズン えのきだけ ほうれん草 梨
8 水	お弁当会	ヒラヤーチー 保育乳				24 金	芋ごはん 魚の照り焼き 昆布イリチー ¹ トマトサラダ みそ汁 バナナ	メープル蒸しパン 保育乳	白身魚 豚三枚肉 豆腐	精白米 強化米(鉄) さつま芋 黒ゴマ 白ゴマ	刻み昆布 かんぴょう 人参 糸こんにゃく トマト レタス きゅうり 大根 みかん
9 木	秋の香り混ぜごはん さばのゴマだれ焼き 切干大根のゴマ酢あえ そうめん汁 梨	ジャムサンド 保育乳	鶏もも肉 油揚げ さば 鶏ささみ	精白米 強化米(鉄) さつま芋 そうめん	干しいたけ GP 人参 切干大根 きゅうり ごぼう ねぎ 梨	25 土	ごはん 麻婆豆腐 プロッコリー(マヨ) ² わかめスープ みかん	はちゃ棒 保育乳	豆腐 豚ひき肉 わかめ	精白米 強化米(鉄)	しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ ニラ プロッコリー レタス みかん
10 金	マージンごはん レバーのかりん揚げ かぼちゃの煮物 大根サラダ コーンスープ みかん	黒糖アガラサー 保育乳	豚レバー ツナ缶	精白米 強化米(鉄) もちきび 白ゴマ	かぼちゃ 大根 人参 きゅうり コーン缶 えのきだけ みかん	27 月	黒米ごはん 肉じゃが 拌三絲(パンサンスー) みそ汁 みかん	ゴマ風味焼き菓子 保育乳	豚肉 ハム わかめ	精白米 黒米 強化米(鉄) じゃが芋 春雨 白ゴマ	糸こんにゃく 玉ねぎ 人参 GP しめじ きゅうり 大根 ネギ みかん
11 土	もずくどんぶり プロッコリー(マヨ) みそ汁 みかん	亀の甲せんべい 保育乳	もずく 豚ひき肉 豆腐	精白米 強化米(鉄)	ビーマン コーン缶 プロッコリー キヤベツ ねぎ みかん	28 火	マージンごはん 肉みそ豆腐 人参シリシリ フライドポテト 白菜スープ 梨	玄米フレークスナック 保育乳	厚揚げ 豚ひき肉 鶏ささみ ツナ缶 わかめ	精白米 強化米(鉄) もちきび じゃが芋	玉ねぎ 人参 プロッコリー もしや 白菜 えのきだけ ねぎ 梨
14 火	三色ごはん かみかみごぼう 白菜スープ りんご	コーンマヨパン 保育乳	鶏ひき肉 豚ひき肉 絹ごし豆腐	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	人参 小松菜 ごぼう 白菜 コーン缶 プロッコリー りんご	29 水	五目うどん ほうれん草の白あえ バナナ	ツナマヨおにぎり 保育乳	鶏もも肉 豆腐 ちくわ	茹うどん 白ゴマ	ごぼう 人参 ねぎ ほうれん草(冷) 人参 バナナ
15 水	ごはん(アンダンスー添え) 鮭のタルタル焼き 春雨の中華炒め もずくスープ みかん	バナナケーク 保育乳	ツナ缶 鮭 ちくわ もずく 絹ごし豆腐	精白米 強化米(鉄) もちきび 春雨	人参 玉ねぎ たけのこ キヤベツ しめじ さやいんげん えのきだけ ねぎ みかん	30 木	マージンごはん 豚大根のみそ煮 ひじきのフレンチあえ ゆし豆腐汁 みかん	あんサンド 保育乳	豚肩ロース 干ひじき ハム ゆし豆腐	精白米 強化米(鉄) もちきび	大根 人参 糸こんにゃく きゅうり ヒコン缶 ねぎ みかん
16 木	クファジューシー 切干大根のイリチー ³ プロッコリーとトマトのごまあえ イナムドウチ 梨	琉球料理の日 ちんぴん 保育乳	豚三枚肉 ツナ缶(水煮) 豚肉 カステラカマ ボコ	精白米 強化米(鉄) 練りごま (白)	切干大根 かんぴょう 人参 トマト 糸こんにゃく プロッコリー 干しいたけ ねぎ 梨	31 金	ハロウィンライス 西京焼き かぼちゃのコロコロ揚げ スティックきゅうり(マヨ) 春雨スープ 桃缶	ハロウィン 保育乳	白身魚 鶏ささみ 春雨	精白米 強化米(鉄)	人参 かぼちゃ きゅうり たけのこ(水煮) 白菜 桃缶

★ 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

【令和7年】

10月



- ★厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』(2019)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

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) 例:かぼちゃ	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ) 例:かぼちゃ	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ) 例:かぼちゃ	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ) 例:白身魚	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ) 例:白身魚
1 水	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト ほうれん草ペースト 野菜スープ (主な材料) 米 ほうれん草 ささみ キャベツ 人参 みかん	全がゆ(べたべた) ほうれん草の鶏ささみあん 野菜スープ みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 ほうれん草の鶏ささみあん 野菜スープ みかん	全がゆ(べたべた) ツナじゃが ほうれん草スープ バナナ 米 じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 ほうれん草 Cコーン缶 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが ほうれん草スープ バナナ 米 じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 ほうれん草 Cコーン缶 バナナ
2 木	つぶしがゆ(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 ブロッコリー 大根 人参 みかん	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 大根スープ(みそ風味) みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 大根のみそ汁 みかん	おじや 豆腐のすまし汁 バナナ 米 人参 ブロッコリー じゃが芋 豆腐 あおさ バナナ	おじや 豆腐のすまし汁 バナナ 米 人参 ブロッコリー じゃが芋 豆腐 あおさ バナナ
3 金	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト 白菜すりつぶし 野菜スープ (主な材料) 米 白身魚 人参 トマトソース 白菜 ほうれん草 バナナ	全がゆ(べたべた) 魚のトマト煮 白菜スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 魚のトマト煮 白菜スープ バナナ	鶏おじや くたくたそうめん汁 みかん 米 かぼちゃ ささみ そうめん 人参 白菜 みかん	鶏おじや そうめん汁 みかん 米 かぼちゃ ささみ そうめん 人参 白菜 みかん
4 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 (主な材料) 米 人参 ブロッコリー あおさ 豆腐 みかん	おじや 豆腐スープ(みそ風味) みかん	おじや ⇒ 軟飯 豆腐のみそ汁 みかん 	のりがゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 ポテトスープ バナナ 米 青のり 白身魚 ほうれん草 じゃが芋 人参 玉ねぎ バナナ	のりがゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 ポテトスープ バナナ 米 青のり 白身魚 ほうれん草 じゃが芋 人参 玉ねぎ バナナ
6 月	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 (主な材料) 米 チンゲン菜 じゃが芋 鶏肉 人参 玉ねぎ みかん	菜がゆ(べたべた) ポテトマッシュ 鶏と野菜のスープ みかん	菜がゆ ⇒ 軟飯 ころころポテト 鶏と野菜のスープ みかん	全がゆ(べたべた) ブロッコリーのツナ煮 野菜スープ バナナ 米 ブロッコリー 人参 玉ねぎ ツナ缶 チンゲン菜 Cコーン缶 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 ブロッコリーのツナ煮 野菜スープ バナナ 米 ブロッコリー 人参 玉ねぎ ツナ缶 チンゲン菜 Cコーン缶 バナナ
7 火	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 (主な材料) 米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 トマト缶 ブロッコリー ヨーグルト	鶏おじや ポテトスープ(トマト風味) プレーンヨーグルト	鶏おじや ポテトスープ(トマト風味) プレーンヨーグルト	全がゆ(べたべた) ツナじゃが くたくたそうめん汁 みかん 米 じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 そうめん あおさ みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが くたくたそうめん汁 みかん 米 じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 そうめん あおさ みかん
8 水	つぶしがゆ(とろとろ) ブロッコリーすり流し 大根すりつぶし すまし汁 (主な材料) 米 豆腐 人参 ブロッコリー おろし大根 あおさ みかん	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のおかか煮 大根スープ(みそ風味) みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のおかか煮 大根スープ(みそ風味) みかん	パンがゆ一コロコロトースト 白身魚と根菜のスープ バナナ 食パン 白身魚 人参 玉ねぎ じゃが芋 ブロッコリー Cコーン缶 バナナ	ステイクトースト 白身魚と根菜のスープ バナナ 食パン 白身魚 人参 玉ねぎ じゃが芋 ブロッコリー Cコーン缶 バナナ
9 木	つぶしがゆ(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 人参 ほうれん草 鶏肉 さつま芋 青のり そうめん バナナ	鶏と野菜のおじや さつま芋マッシュ くたくたそうめん汁 バナナ	魚と野菜のおじや ころころさつま芋 そうめん汁 バナナ	全がゆ(べたべた) ブロッコリーツナ煮 ポテトスープ みかん 米 ブロッコリー 人参 玉ねぎ ツナ缶 じゃが芋 BFホワイトソース みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 ブロッコリーツナ煮 ポテトスープ みかん 米 ブロッコリー 人参 玉ねぎ ツナ缶 じゃが芋 BFホワイトソース みかん
10 金	つぶしがゆ(とろとろ) かぼちやすり流し 大根すりつぶし 野菜スープ (主な材料) 米 あおさ ツナ缶 かぼちゃ 玉ねぎ 人参 Cコーン缶 みかん	あおさがゆ(べたべた) ツナかぼちゃ 人参スープ みかん	レバーがゆ ⇒ 軟飯 ツナかぼちゃ 人参スープ みかん	おじや 白身魚と野菜のスープ バナナ 米 大根 かぼちゃ 白身魚 じゃが芋 人参 バナナ	おじや 白身魚と野菜のスープ バナナ 米 大根 かぼちゃ 白身魚 じゃが芋 人参 バナナ
11 土	つぶしがゆ(とろとろ) ブロッコリーすり流し キヤベツすりつぶし すまし汁 (主な材料) 米 ブロッコリー キャベツ 豆腐 あおさ みかん	野菜がゆ(べたべた) 豆腐スープ(みそ風味) みかん	野菜がゆ ⇒ 軟飯 豆腐のみそ汁 みかん 	全がゆ(べたべた) ツナじゃが ブロッコリースープ バナナ 米 じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 ブロッコリー Cコーン缶 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが ブロッコリースープ バナナ 米 じゃが芋 人参 玉ねギ ツナ缶 ブロッコリー Cコーン缶 バナナ
14 火	つぶしがゆ(とろとろ) 絹ごし豆腐のすり流し 白菜すりつぶし 野菜スープ (主な材料) 米 人参 小松菜 白菜 豆腐 あおさ バナナ	全がゆ(べたべた) 野菜おかか煮 豆腐スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 野菜おかか煮 豆腐スープ バナナ	鶏おじや ポテトポタージュ ゆるゆるりんごゼリー 米 鶏ひき肉 白菜 じゃが芋 ブロッコリー 人参 Cコーン缶 粉寒天	鶏おじや ポテトポタージュ ゆるゆるりんごゼリー 米 鶏ひき肉 白菜 じゃが芋 ブロッコリー 人参 Cコーン缶 粉寒天
15 水	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 すまし汁 (主な材料) 米 ほうれん草 絹ごし豆腐 人参 キャベツ あおさ バナナ	みどりがゆ(べたべた) 豆腐と人参のだし煮 キャベツのスープ バナナ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 豆腐と人参のだし煮 キャベツのスープ バナナ	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 ポテトスープ みかん 米 白身魚 ほうれん草 じゃが芋 玉ねぎ 人参 Cコーン缶 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 ポテトスープ みかん 米 白身魚 ほうれん草 じゃが芋 玉ねぎ 人参 Cコーン缶 みかん



【 NO 2 】 令和7年10月

回数	1回食（午前）			2回食（午後）	
	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 木	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) ブロッコリーツナ煮 あおさスープ(みそ風味) バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 ブロッコリーツナ煮 あおさのみぞ汁 バナナ	おじや 魚のスープ ゆるゆる梨ゼリー	おじや ⇒ 軟飯 魚のスープ ゆるゆる梨ゼリー
	(主な材料) 米 ブロッコリー 人参 ツナ缶 あおさ じゃが芋 バナナ			米 人参 玉ねぎ じゃが芋 白身魚 ブロッコリー おろし梨 粉寒天	
17 金	つぶしがゆ(とろとろ) かぼちゃペースト ほうれん草ペースト すまし汁	全がゆ(べたべた) かぼちゃマッシュ ゆし豆腐(薄) みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃスープ煮 ゆし豆腐(薄) みかん	おじや くたくたそうめん汁 バナナ	おじや ⇒ 軟飯 そうめん汁 バナナ
	(主な材料) 米 かぼちゃ 玉ねぎ ゆし豆腐 ほうれん草 みかん			米 ほうれん草 かぼちゃ ツナ缶 そうめん 人参 Cコーン缶 バナナ	
18 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 すまし汁	おじや 豆腐のスープ(みそ風味) みかん	おじや ⇒ 軟飯 豆腐のみぞ汁 みかん	全がゆ(べたべた) ツナかぼちゃ すまし汁 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナかぼちゃ すまし汁 バナナ
	(主な材料) 米 ほうれん草 人参 絹ごし豆腐 おろしきゅうり あおさ みかん			米 ツナ缶 かぼちゃ 玉ねぎ 人参 Cコーン缶 バナナ	
20 月	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	みどりがゆ(べたべた) ささみと人参のやわらか煮 大根汁(みそ風味) みかん	みどりがゆ ⇒ 軟飯 ささみと人参のやわらか煮 大根のみぞ汁 みかん	全がゆ(べたべた) さつま芋マッシュ(青のり) 魚と野菜のスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 ころころさつま芋 魚と野菜のスープ バナナ
	(主な材料) 米 ブロッコリー ささみ 人参 大根 あおさ			米 さつま芋 青のり 白身魚 人参 玉ねぎ ブロッコリー Cコーン缶	
21 火	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し かぼちやすり流し 人参ペースト すまし汁	全がゆ(べたべた) 豆腐のみどり煮 かぼちやのスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐のみどり煮 かぼちやのスープ バナナ	全がゆ(べたべた) 野菜ソナ煮 芋スープ みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 野菜ソナ煮 芋スープ みかん
	(主な材料) 米 豆腐 ブロッコリー かぼちや レタス BFホワイトソース バナナ			米 人参 玉ねぎ 白菜 ツナ缶 さつま芋 ブロッコリー みかん	
22 水	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	納豆がゆ(べたべた) 根菜のおかか煮 くたくたそうめん汁 みかん	納豆がゆ ⇒ 軟飯 根菜のおかか煮 くたくたそうめん汁 みかん	鶏おじや 野菜スープ ゆるゆるバナナ寒天	鶏おじや 野菜スープ ゆるゆるバナナ寒天
	(主な材料) 米 ひきわり納豆 青のり 人参 チンゲン菜 そうめん 大根 みかん			米 ささみ 大根 人参 チンゲン菜 かぼちや Cコーン缶 粉寒天	
23 木	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 野菜スープ	全がゆ(べたべた) ほうれん草ささみあん ポテトスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 ほうれん草ささみあん ポテトスープ バナナ	全がゆ(べたべた) 白身魚のポテト煮 ほうれん草スープ みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のポテト煮 ほうれん草スープ みかん
	(主な材料) 米 ほうれん草 ささみ じゃが芋 人参 Cコーン缶 バナナ			米 白身魚 じゃが芋 青のり ほうれん草 人参 Cコーン缶 BFホワイトソース	
24 金	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し さつま芋ペースト すまし汁	芋がゆ(べたべた) 豆腐と人参のだし煮 大根汁(みそ風味) バナナ	芋がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と人参のだし煮 大根のみぞ汁 バナナ	全がゆ(べたべた) さつま芋マッシュ 白身魚のスープ みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 コロコロさつま芋 白身魚のスープ みかん
	(主な材料) 米 さつま芋 豆腐 人参 レタス 大根 バナナ			米 さつま芋 きなこ 白身魚 トマト レタス 人参 みかん	
25 土	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	野菜がゆ(べたべた) 豆腐とあおさのスープ みかん	野菜がゆ ⇒ 軟飯 豆腐とあおさのスープ みかん	のりがゆ(べたべた) 白身魚と野菜のスープ バナナ	のりがゆ ⇒ 軟飯 白身魚と野菜のスープ バナナ
	(主な材料) 米 人参 ブロッコリー あおさ 豆腐 レタス みかん			米 青のり 白身魚 ブロッコリー 人参 玉ねぎ バナナ	
27 月	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	全がゆ(べたべた) 鶏と根菜の煮物 大根スープ(みそ風味) みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏と根菜の煮物 大根のみぞ汁 みかん	全がゆ(べたべた) 白身魚の人参あん くたくたそうめん汁 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚の人参あん そうめん汁 バナナ
	(主な材料) 米 鶏ささみ じゃが芋 人参 あおさ 大根 みかん			米 白身魚 人参 玉ねぎ そうめん 大根 バナナ	
28 火	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	全がゆ(べたべた) ポテトそぼろ煮 白菜スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 ポテトそぼろ煮 白菜スープ バナナ	あおさがゆ(べたべた) 魚と野菜のスープ ゆるゆる梨ゼリー	あおさがゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ ゆるゆる梨ゼリー
	(主な材料) 米 じゃが芋 ささみ 人参 ブロッコリー 白菜 Cコーン缶 バナナ			米 あおさ 白身魚 じゃが芋 人参 白菜 BFホワイトソース 梨 粉寒天	
29 水	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	ぐたくた煮込みうどん ほうれん草の白あえ バナナ	ぐたくた煮込みうどん ほうれん草の白あえ バナナ	全がゆ(べたべた) ソナじゃが あおさスープ みかん	全がゆ(べたべた) ソナじゃが あおさスープ みかん
	(主な材料) 茄でうどん 豆腐 ほうれん草 人参 バナナ			米 じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 あおさ ほうれん草 みかん	
30 木	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト 大根つりつぶし すまし汁	全がゆ(べたべた) 根菜のだし煮 ゆし豆腐(薄) みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 根菜のだし煮 ゆし豆腐(薄) みかん	全がゆ(べたべた) 根菜そぼろ煮 あおさスープ(みそ風味) バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 根菜そぼろ煮 あおさのみぞ汁 バナナ
	(主な材料) 米 大根 人参 ゆし豆腐 ほうれん草 みかん			米 大根 人参 玉ねぎ 鶏ひき肉 あおさ バナナ	
31 金	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し かぼちやすり流し 野菜スープ	全がゆ(べたべた) 魚のケチャップ風味 野菜ポタージュスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 魚のケチャップ風味 野菜ポタージュスープ バナナ	全がゆ(べたべた) 鶏とポテトのうま煮 くたくたそうめん汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏とポテトのうま煮 そうめん汁 みかん
	(主な材料) 米 白身魚 かぼちや 白菜 Cコーン缶 バナナ			米 ささみ じゃが芋 人参 白菜 そうめん あおさ みかん	

* 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。