



6月のこんだて

令和8年 日清医療食品(B)アレルギー対応

日	曜日	こんだて	おやつ	(あか) 血や肉をつくる	(きいろ) 熱や力になる	(みどり) 体の調子を整える
1	月	あわご飯 麻婆茄子 白菜のツナ和え 中華スープ オレンジ	牛乳 ポテトフライ	豆腐 豚ミンチ みそ ツナ 鶏肉 牛乳	米 もちきび ごま油 砂糖 片栗粉 ごま じゃが芋 油	なす 玉ねぎ 人参 椎茸 たけのこ にら にんにく 白菜 きゅうり 赤ピーマン 生姜 ちんげん菜 長ねぎ オレンジ
2	火	ご飯 魚のしゃぶ あん パナナ ひじきの煮物 豆乳入りさつま汁	牛乳 南瓜小豆蒸しパン	白身魚 ひじき 豚肉 大豆 油揚げ みそ 豆乳 牛乳 小豆	米 片栗粉 油 さつま芋 小麦粉 砂糖	人参 いんげん 大根 ねぎ パナナ 南瓜
3	水	ホイコーロー丼 南瓜サラダ 春雨スープ パイン缶	牛乳 ソフト サラダ	豚肉 みそ ツナ 牛乳	米 砂糖 油 ごま油 マヨドレ ごま 片栗粉 春雨 ソフト サラダ	キャベツ にら 人参 南瓜 きゅうり ピーマン コーン チンゲン菜 パイン缶
4	木	ご飯 さばのごまみそ漬焼き オクラの梅あえ もずくのすまし汁 パナナ	牛乳 お麩ラスク	さば みそ 糸かつお もずく きな粉 牛乳	米 砂糖 油 ごま おつゆ麩	オクラ 生姜 えのき 人参 大根の葉 パナナ
5	金	ゆし豆腐そば 納豆和え さつま芋のごま煮 黄桃缶	麦茶 野菜いなり	ゆし豆腐 納豆 油揚げ かまぼこ あおさ きざみのり	沖縄そば 砂糖 ごま さつま芋 米	小松菜 きゅうり 赤ピーマン 黄ピーマン 黄桃缶 ほうれん草 人参
6	土	厚揚げ丼 春雨の中華サラダ 冬瓜のスープ りんご	牛乳 ぼたぼた焼	厚揚げ 豚ミンチ 大豆 みそ ささみ わかめ	米 ごま油 砂糖 片栗粉 春雨 ごま油	人参 キャベツ 生姜 きゅうり 冬瓜 小松菜 えのき りんご 赤ピーマン 黄ピーマン
7	日					
8	月	あわご飯 納豆みそ 肉じゃが 青菜のすまし汁 オレンジ	牛乳 ちんすこう	納豆 豚肉 みそ 油揚げ 牛乳	米 もちきび 砂糖 油 ごま 糸こんにゃく ごま油 じゃが芋 小麦粉	ほうれん草 玉ねぎ 人参 ねぎ オレンジ キャベツ しめじ えのき
9	火	ご飯 焼肉 ポテト サラダ きのこのみそ汁 黄桃缶	ヤクルト バナナケーキ	豚肉 みそ 牛乳 ヤクルト	米 片栗粉 砂糖 油 ごま油 じゃが芋 マヨドレ 小麦粉	玉ねぎ 人参 キャベツ 赤ピーマン にんにく 生姜 きゅうり コーン 椎茸 えのき しめじ 大根の葉 黄桃缶 ピーマン パナナ
10	水	チキンカレー ひじきと大豆のサラダ キャベツのスープ オレンジ	牛乳 芋天ぷら	鶏肉 ひじき 大豆 ツナ 豆腐 牛乳	米 じゃが芋 砂糖 油 カレーフレーク カレー粉 ごま マヨドレ さつま芋 小麦粉	人参 玉ねぎ なす キャベツ グリーンピース いんげん 赤ピーマン しめじ オレンジ
11	木	たけのご飯 白身魚の揚げおろし 煮 パナナ カリカリきゅうり 豆腐のみそ汁	牛乳 ココアクッキー	鶏肉 油揚げ 白身魚 糸かつお 豆腐 みそ 牛乳 豆乳	米 砂糖 片栗粉 油 ごま油 ごま 小麦粉 ココア	たけのこ 人参 生姜 ねぎ 貝割大根 大根 きゅうり 白菜 大根の葉 パナナ
12	金	お弁当会♪	牛乳 きなこクリームサンド	牛乳 きなこ	食パン 砂糖	
13	土	野菜そぼろ丼 大根の和え物 じゃが芋のみそ汁 オレンジ	牛乳 やわらかおかき	豚ミンチ 大豆 ちくわ わかめ みそ 牛乳	米 油 砂糖 ごま油 じゃが芋 やわらかおかき	キャベツ ほうれん草 玉ねぎ 人参 コーン 大根 きゅうり 大根の葉 オレンジ
14	日					
15	月	あわご飯 さばの蒲焼き風 オレンジ きんぴらごぼう 南瓜のみそ汁	牛乳 ごま入り豆腐ドーナツ	さば みそ 豚肉 油揚げ 牛乳 豆腐 きな粉	米 もちきび 砂糖 ごま 油 糸こんにゃく ごま油 片栗粉 小麦粉	ねぎ 玉ねぎ 人参 生姜 ごぼう ピーマン 南瓜 オレンジ
16	火	スパゲティー・ナポリタン ブロッコリーサラダ コーンスープ フルーツヨーグ 	麦茶 肉みそおにぎり	ウインナー ツナ 豚ミンチ みそ	スパゲティー 片栗粉 ゼリー マヨドレ 米 ごま油 砂糖	玉ねぎ 人参 ピーマン にんにく ブロッコリー カリフラワー 赤ピーマン 大根の葉 コーン 小松菜
17	水	ハヤシライス スパゲティーサラダ じゃがいものスープ パイン缶	牛乳 ココア蒸しパン	ツナ 豚肉 牛乳 ココア	米 サラスパ 砂糖 マヨドレ じゃがいも 油 小麦粉	人参 玉ねぎ マッシュルーム セロリ グリーンピース きゅうり 赤ピーマン しめじ にんにく パイン缶 パセリ
18	木	ご飯 豚汁 さばのラビコットソースかけ ゴーヤチャンプルー パナナ	牛乳 ちんびん	さば ツナ 豚肉 豚レバー みそ 豆腐 糸かつお 牛乳	米 片栗粉 油 砂糖 ちんびんミックス	トマト きゅうり 玉ねぎ ゴーヤ 玉ねぎ 人参 ごぼう 大根 長ネギ パナナ
19	金	枝豆ご飯 豆腐の松風焼き 野菜のごま和え きのこのすまし汁 黄桃缶	牛乳 大学芋	豆腐 豚ミンチ 牛乳 みそ 枝豆	米 さつま芋 砂糖 ごま 片栗粉 油	長ネギ 人参 白菜 きゅうり 小松菜 赤ピーマン えのき しめじ 椎茸 ねぎ 黄桃缶
20	土	三色丼 ひじきサラダ 白菜のみそ汁 りんご	園内研修 (おやつなし)	ツナ 鶏ミンチ みそ ひじき 牛乳 わかめ ちくわ	米 片栗粉 ごま油 マヨドレ ごま 砂糖 今川焼き	ほうれん草 玉ねぎ 人参 生姜 赤ピーマン えのき 白菜 りんご
21	日					
22	月	あわご飯 鶏肉のバーベキューソース焼き ブロッコリーポテト 青菜のスープ オレンジ	牛乳 豆腐スコーン	鶏肉 ウインナー 牛乳 豆腐 きな粉	米 もちきび 砂糖 じゃが芋 油 小麦粉 ごま	生姜 にんにく 玉ねぎ りんご ブロッコリー 人参 小松菜 えのき コーン レモン オレンジ
23	火	慰霊の日				
24	水	★お誕生会★ ゆかりご飯 チキンナゲット ブロッコリーサラダ ミネストローネ オレンジ	ジュース お誕生日ケーキ	鶏ミンチ 豆腐 ちくわ ウインナー	米 パン粉 油 マヨドレ 砂糖 ごま じゃが芋 マカロニ ケーキ	ゆかり 玉ねぎ ブロッコリー 赤ピーマン 人参 トマト パセリ オレンジ
25	木	もずく丼 れんこんスープ 白菜とちくわのみそマヨ和え パナナ	豆乳ココア 豆腐サターアンダギー	もずく 豚ミンチ 豆乳 ちくわ みそ 牛乳	米 砂糖 片栗粉 油 ごま油 マヨドレ 小麦粉 ココア	生姜 ピーマン 赤ピーマン 白菜 コーン 人参 しめじ れんこん 大根の葉 パナナ
26	金	ご飯 魚のマヨネーズ風焼き 筑前煮 なすのみそ汁 黄桃缶	牛乳 芋ようかん	白身魚 鶏肉 みそ 牛乳 寒天	米 マヨドレ 砂糖 ごま油 さつま芋	玉ねぎ ピーマン 赤ピーマン 大根 たけのこ 人参 椎茸 いんげん なす 小松菜 長ねぎ 黄桃缶
27	土	ガパオライス 青菜のごま和え 鶏肉スープ パイン缶	牛乳 やわらかおかき(のり塩)	豚ミンチ 鶏肉 牛乳	米 油 砂糖 ごま ごま油 やわらかおかき	玉ねぎ 人参 ピーマン にんにく ほうれん草 コーン えのき 人参 大根 椎茸 ねぎ 生姜 パイン缶
28	日					
29	月	あわご飯 麻婆豆腐 中華サラダ 春雨スープ 杏仁フルーツ	牛乳 ごまちんすこう	豆腐 豚ミンチ 大豆 みそ ちくわ 牛乳	米 もちきび ごま油 砂糖 片栗粉 ごま 春雨 油 ラード 小麦粉 杏仁豆腐	椎茸 人参 玉ねぎ たけのこ にら にんにく 生姜 キャベツ ほうれん草 赤ピーマン コーン チンゲン菜 みかん缶
30	火	ご飯 魚の煮つけ パナナ タマナーチャンプルー 大根のみそ汁	牛乳 スイートポテト	赤魚 豆腐 豚肉 みそ 豆乳 糸かつお 牛乳	米 小麦粉 砂糖 油 さつま芋 片栗粉 ごま	生姜 キャベツ 人参 玉ねぎ 大根 えのき 大根の葉 パナナ 小松菜



行事、材料の都合などにより、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。
※アレルギー対応は医師の診断書に基づき実施しております。



A→通常献立 / B→アレルギー対応献立 / C→安価献立

★行事食・誕生日会は、日曜の昼に貼り付いています。

★災害時献立は、6/28 夕食に貼り付いています。

★朝おやつ・延長おやつは、Aに貼り付いています。

★離乳食（おじや・2回食）は、A に貼り付いています。

[illegible]



離乳食献立表<その1>

令和 8年 日清医療食品



回食		昼食			おやつ	
月 齢		初期 5・6ヶ月頃(開始後一ヶ月間)	中期 7・8ヶ月	後期 9・10・11ヶ月	中期 7・8ヶ月	後期 9・10・11ヶ月
固さの 目安		トロトロ⇒ベタベタ ヨーグルト状	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
		10倍粥 豆腐ペースト すまし汁	7倍粥 豆腐と青菜のつぶし煮 白菜ときゅうりのつぶし煮 人参のすまし汁	全粥 豆腐と青菜の柔らか煮 白菜ときゅうりの柔らか煮 人参のすまし汁	7倍粥 南瓜のそぼろ煮 玉ねぎのすまし汁	全粥 南瓜のそぼろ煮 玉ねぎのすまし汁
1	月	(主な材料)米 豆腐 ちんげん菜 白菜 きゅうり 人参			米 鶏ミンチ 南瓜 玉ねぎ	
2	火	10倍粥 さつま芋ペースト すまし汁	7倍粥 白身魚と野菜のつぶし煮 豆乳さつま汁 オレンジ	全粥 白身魚と野菜の柔らか煮 豆乳さつま汁 オレンジ	7倍粥 ささみと人参のつぶし煮 南瓜のすまし汁	全粥 ささみと人参の柔らか煮 南瓜のすまし汁
		(主な材料)米 白身魚 大根 いんげん 豆乳 さつま芋 オレンジ			米 ささみ 人参 南瓜	
3	水	10倍粥 南瓜のペースト すまし汁	7倍粥 じゃが芋のそぼろ煮 人参とブロッコリーのつぶし煮 南瓜スープ	全粥 じゃが芋のそぼろ煮 人参とブロッコリーの柔らか煮 南瓜スープ	7倍粥 しらすと青菜のつぶし煮 きゅうりのすまし汁	全粥 しらすと青菜の柔らか煮 きゅうりのすまし汁
		(主な材料)米 じゃが芋 鶏ミンチ 人参 ブロッコリー 南瓜			米 しらす ほうれん草 きゅうり	
4	木	10倍粥 玉ねぎペースト すまし汁	7倍粥 白身魚と人参のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁 バナナ	全粥 白身魚と人参の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁 バナナ	7倍粥 ささみとオクラのつぶし煮 白菜のすまし汁	全粥 ささみとオクラの柔らか煮 白菜のすまし汁
		(主な材料)米 白身魚 玉ねぎ 人参 バナナ			米 ささみ オクラ 白菜	
5	金	10倍粥 白菜と人参ペースト すまし汁	7倍粥 豆腐と南瓜のつぶし煮 白菜と人参のつぶし煮 青菜のすまし汁	全粥 豆腐と南瓜柔らか煮 白菜と人参の柔らか煮 青菜のすまし汁	7倍粥 ブロッコリーのそぼろ煮 玉ねぎのすまし汁	全粥 ブロッコリーのそぼろ煮 玉ねぎのすまし汁
		(主な材料)米 豆腐 南瓜 白菜 人参 小松菜			米 鶏ミンチ ブロッコリー 玉ねぎ	
6	土	10倍粥 きゅうりとキャベツペースト すまし汁	7倍粥 ささみと人参のつぶし煮 きゅうりとキャベツのつぶし煮 青菜のすまし汁	全粥 ささみと人参の柔らか煮 きゅうりとキャベツの柔らか煮 青菜のすまし汁	7倍粥 しらすとかぼちゃのつぶし煮 さつま芋のすまし汁	全粥 しらすとかぼちゃの柔らか煮 さつま芋のすまし汁
		(主な材料)米 ささみ 人参 きゅうり キャベツ 小松菜			米 しらす かぼちゃ さつま芋	
8	月	10倍粥 じゃが芋ペースト すまし汁	7倍粥 納豆と人参のつぶし煮 玉ねぎといんげんのつぶし煮 じゃが芋のすまし汁	全粥 納豆と人参の柔らか煮 玉ねぎといんげんの柔らか煮 じゃが芋のすまし汁	7倍粥 ツナとキャベツのつぶし煮 白菜のすまし汁	全粥 ツナとキャベツの柔らか煮 白菜のすまし汁
		(主な材料)米 納豆 人参 玉ねぎ いんげん じゃが芋			米 ツナ キャベツ 白菜	
9	火	10倍粥 冬瓜と玉ねぎのペースト すまし汁	7倍粥 じゃが芋のそぼろ煮 冬瓜と玉ねぎのすまし汁 りんご煮	全粥 じゃが芋のそぼろ煮 冬瓜と玉ねぎのすまし汁 りんご煮	7倍粥 しらすとキャベツのつぶし煮 大根のすまし汁	全粥 しらすとキャベツの柔らか煮 大根のすまし汁
		(主な材料)米 じゃが芋 鶏ミンチ 玉ねぎ 冬瓜 りんご			米 しらす キャベツ 大根	
10	水	10倍粥 豆腐ペースト すまし汁	7倍粥 しらすとブロッコリーのつぶし煮 人参のつぶし煮 豆腐のすまし汁	全粥 しらすとブロッコリーの柔らか煮 人参の柔らか煮 豆腐のすまし汁	7倍粥 鶏ミンチといんげんのつぶし煮 なすのすまし汁	全粥 鶏ミンチといんげんの柔らか煮 なすのすまし汁
		(主な材料)米 しらす ブロッコリー 人参 豆腐			米 鶏ミンチ いんげん なす	
11	木	10倍粥 じゃが芋と南瓜ペースト すまし汁	7倍粥 白身魚と野菜のつぶし煮 きゅうりのすまし汁 バナナ	全粥 白身魚と野菜の柔らか煮 きゅうりのすまし汁 バナナ	7倍粥 鶏ミンチと人参のつぶし煮 白菜のすまし汁	全粥 鶏ミンチと人参の柔らか煮 白菜のすまし汁
		(主な材料)米 白身魚 じゃが芋 南瓜 きゅうり バナナ			米 鶏ミンチ 人参 白菜	
12	金	 お弁当会♪ 			7倍粥 ささみと南瓜のつぶし煮 青菜のすまし汁	全粥 ささみと南瓜の柔らか煮 青菜のすまし汁
					米 ささみ 南瓜 ほうれん草	
13	土	10倍粥 じゃが芋ペースト すまし汁	7倍粥 野菜と納豆のつぶし煮 大根ときゅうりのつぶし煮 じゃが芋のすまし汁	全粥 野菜と納豆の柔らか煮 大根ときゅうりの柔らか煮 じゃが芋のすまし汁	7倍粥 鶏ミンチと冬瓜のつぶし煮 オクラのすまし汁	全粥 鶏ミンチと冬瓜の柔らか煮 オクラのすまし汁
		(主な材料)米 納豆 キャベツ ほうれん草 大根 きゅうり じゃが芋			米 鶏ミンチ 冬瓜 オクラ	
15	月	10倍粥 青菜と人参ペースト すまし汁	7倍粥 魚とさつま芋のつぶし煮 青菜と人参のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁	全粥 魚とさつま芋の柔らか煮 青菜と人参の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁	7倍粥 南瓜のそぼろ煮 ブロッコリーのすまし汁	全粥 南瓜のそぼろ煮 ブロッコリーのすまし汁
		(主な材料)米 白身魚 さつま芋 小松菜 人参 玉ねぎ			米 鶏ミンチ 南瓜 ブロッコリー	

※ 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、個人差を考慮しながら進めます。
※ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。



離乳食献立表<その2>



令和 8年 日清医療食品

回食		昼食			おやつ	
月 齢		初期 5・6ヶ月頃(開始後一ヶ月間)	中期 7・8ヶ月	後期 9・10・11ヶ月	中期 7・8ヶ月	後期 9・10・11ヶ月
固さの 目安		トロトロ ⇒ ベタベタ	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
		ヨーグルト状	絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	バナナ位(荒みじん切り)	絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	バナナ位(荒みじん切り)
16	火	10倍粥 玉ねぎとブロッコリーペースト すまし汁	7倍粥 ささみと青菜のつぶし煮 玉ねぎとブロッコリーすまし汁 りんご煮	全粥 ささみと青菜の柔らか煮 玉ねぎとブロッコリーすまし汁 りんご煮	7倍粥 しらすと人参のつぶし煮 キャベツのすまし汁	全粥 しらすと人参の柔らか煮 キャベツのすまし汁
		(主な材料) 米 ささみ 玉ねぎ 小松菜 ブロッコリー りんご			米 しらす 人参 キャベツ	
17	水	10倍粥 野菜ペースト すまし汁	7倍粥 南瓜のそぼろ煮 キャベツと人参のつぶし煮 きゅうりのすまし汁	全粥 南瓜のそぼろ煮 キャベツと人参の柔らか煮 きゅうりのすまし汁	7倍粥 しらすと玉ねぎのつぶし煮 青菜のすまし汁	全粥 しらすと玉ねぎのつぶし煮 青菜のすまし汁
		(主な材料)米 鶏ミンチ 南瓜 キャベツ 人参 きゅうり			米 しらす 玉ねぎ チンゲン菜	
18	木	10倍粥 じゃが芋ペースト すまし汁	7倍粥 ツナとトマト、きゅうりのつぶし煮 じゃが芋のすまし汁 バナナ	全粥 ツナとトマト、きゅうりの柔らか煮 じゃが芋のすまし汁 バナナ	7倍粥 鶏ミンチと人参のつぶし煮 白菜のすまし汁	全粥 鶏ミンチと人参の柔らか煮 白菜のすまし汁
		(主な材料)米 ツナ トマト きゅうり じゃが芋 バナナ			米 鶏ミンチ 人参 白菜	
19	金	10倍粥 人参ペースト すまし汁	7倍粥 豆腐と青菜のつぶし煮 白菜ときゅうりのつぶし煮 人参のすまし汁	全粥 豆腐と青菜の柔らか煮 白菜ときゅうりの柔らか煮 人参のすまし汁	7倍粥 ささみとブロッコリーのつぶし煮 冬瓜のすまし汁	全粥 ささみとブロッコリーの柔らか煮 冬瓜のすまし汁
		(主な材料)米 豆腐 小松菜 白菜 きゅうり 人参			米 ささみ ブロッコリー 冬瓜	
20	土	10倍粥 人参ときゅうりペースト すまし汁	7倍粥 ブロッコリーのそぼろ煮 人参ときゅうりのつぶし煮 大根のすまし汁	全粥 ブロッコリーのそぼろ煮 人参ときゅうりの柔らか煮 大根のすまし汁	園内研修 	
		(主な材料)米 白身魚 トマト 人参 きゅうり 大根				
22	月	10倍粥 じゃが芋とブロッコリーペースト すまし汁	7倍粥 ささみと人参のつぶし煮 じゃが芋とブロッコリーのつぶし煮 玉ねぎのすまし汁	全粥 ささみと人参の柔らか煮 じゃが芋とブロッコリーの柔らか煮 玉ねぎのすまし汁	7倍粥 しらすと南瓜のつぶし煮 青菜のすまし汁	全粥 しらすと南瓜の柔らか煮 青菜すまし汁
		(主な材料)米 鶏ミンチ ブロッコリー じゃが芋 ブロッコリー 玉ねぎ			米 しらす 南瓜 小松菜	
23	火	慰霊の日				
24	水	10倍粥 さつま芋ペースト すまし汁	野菜丼 さつま芋のつぶし煮 白菜のすまし汁	野菜丼 さつま芋の柔らか煮 白菜のすまし汁	7倍粥 ささみとオクラのつぶし煮 大根のすまし汁	全粥 ささみとオクラの柔らか煮 大根すまし汁
		(主な材料)米 鶏ミンチ 人参 玉ねぎ いんげん さつま芋 白菜			米 ささみ オクラ 大根	
25	木	10倍粥 白身魚と野菜ペースト すまし汁	7倍粥 白身魚と野菜のつぶし煮 ゆし豆腐 バナナ	全粥 白身魚と野菜の柔らか煮 ゆし豆腐 バナナ	7倍粥 鶏ミンチと青菜のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁	全粥 鶏ミンチと青菜の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁
		(主な材料)米 白身魚 人参 白菜 ゆし豆腐 バナナ			米 鶏ミンチ 小松菜 玉ねぎ	
26	金	10倍粥 豆腐と人参ペースト すまし汁	7倍粥 豆腐と人参のつぶし煮 大根といんげんのつぶし煮 なすのすまし汁	全粥 豆腐と人参の柔らか煮 大根といんげんの柔らか煮 なすのすまし汁	7倍粥 しらすと玉ねぎのつぶし煮 さつま芋のすまし汁	全粥 しらすと玉ねぎの柔らか煮 さつま芋のすまし汁
		(主な材料)米 豆腐 いんげん 大根 人参 なす			米 しらす 玉ねぎ さつま芋	
27	土	10倍粥 じゃが芋ペースト すまし汁	7倍粥 ささみと人参のつぶし煮 大根と青菜のつぶし煮 じゃが芋のすまし汁	全粥 ささみと人参の柔らか煮 大根と青菜の柔らか煮 じゃが芋のすまし汁	7倍粥 しらすとさつま芋のつぶし煮 南瓜のすまし汁	全粥 しらすとさつま芋の柔らか煮 南瓜のすまし汁
		(主な材料) 米 ささみ 人参 大根 小松菜 じゃが芋			米 しらす さつま芋 南瓜	
29	月	10倍粥 豆腐と人参ペースト すまし汁	7倍粥 麻婆豆腐 キャベツと青菜のつぶし煮 玉葱のすまし汁	全粥 麻婆豆腐 キャベツと青菜の柔らか煮 玉葱のすまし汁	7倍粥 鮭とじゃが芋のつぶし煮 青菜のすまし汁	全粥 鮭とじゃが芋の柔らか煮 青菜のすまし汁
		(主な材料)米 豆腐 人参 鶏ミンチ キャベツ ちんげん菜 玉葱			米 鮭 じゃが芋 ほうれん草	
30	火	10倍粥 玉ねぎペースト すまし汁	7倍粥 白身魚と野菜のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁 りんご煮	全粥 白身魚と野菜の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁 りんご煮	7倍粥 ささみとさつま芋のつぶし煮 大根のすまし汁	全粥 ささみとさつま芋柔らか煮 大根のすまし汁
		(主な材料)米 白身魚 オクラ 人参 玉ねぎ りんご			米 ささみ さつま芋 大根	

※ 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、個人差を考慮しながら進めます。
※ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。