

7月のこんだて

令和8年 日清医療食品(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	水	肉みそ丼 白菜のおかか和え 豆腐とわかめのスープ バイン缶	牛乳 黒糖アガラサー	豚ミンチ 大豆ミンチ 糸かつお みそ 豆腐 わかめ 牛乳	米 油 砂糖 ごま油 小麦粉 黒糖	キャベツ 人参 玉ねぎ ビーマン 生姜 白菜 きゅうり 赤ビーマン しめじ バイン缶
2	木	かき揚げうどん 青菜とコーンの和え物 南瓜の煮物 パナナ	お水 しらすとゆかりおにぎり	わかめ かまぼこ しらす 糸かつお	うどん 油 小麦粉 ごま 砂糖 米 ごま油	長ネギ ほうれん草 赤ビーマン 玉ねぎ 人参 きぬさや コーン 南瓜 パナナ ゆかり
3	金	ご飯 魚のパン粉焼 けんちん汁 キャベツとウインナー炒め 黄桃缶	牛乳 フレンチトースト	白身魚 ウインナー 青さのり 豆腐 牛乳 卵	米 パン粉 マヨドレ 油 里芋 ごま油 食パン 砂糖	キャベツ 人参 玉ねぎ ごぼう 大根 椎茸 大根葉 黄桃缶 パセリ
4	土	豚丼 切干大根の酢の物 かぶのみそ汁 オレンジ	牛乳 ぼたぼた焼き	豚肉 ツナ 豆腐 みそ 牛乳	米 こんにゃく 砂糖 ぼたぼた焼き	玉ねぎ 人参 椎茸 グリーンピース 切干大根 きゅうり かぶ ほうれん草 赤ビーマン オレンジ
5	日					
6	月	あわご飯 魚の揚げ煮 オレンジ 青菜の納豆和え 鶏と冬瓜のみそ汁	牛乳 おつゆ麩のラスク	赤魚 納豆 のり 鶏肉 わかめ みそ 牛乳 きな粉	米 もちきび 油 砂糖 麩	生姜 小松菜 人参 冬瓜 オレンジ
7	火	★七タメニュー★わかめご飯 鶏肉と野菜のさっぱり炒め 星のポテトサラダ セタそうめん汁 パナナ	フルーツゼリー 星たべよ 	わかめ 鶏肉 牛乳	米 砂糖 ジャが芋 マヨドレ ごま油 そうめん ゼリー 星たべよ	きゅうり コーン 玉ねぎ ブロッコリー 人参 オクラ 赤ビーマン 黄ビーマン 白桃缶 黄桃缶 パナナ
8	水	かぼちゃの豆乳シチュー マカロニサラダ 野菜のスープ 黄桃缶	ヤクルト たいやき	鶏肉 豆乳 みそ ヤクルト	米 油 マカロニ 小麦粉 マヨドレ 砂糖 たいやき	白菜 南瓜 玉ねぎ 人参 赤ビーマン マッシュルーム コーン きゅうり チンゲン菜 えのき れんこん 黄桃缶
9	木	ご飯 魚の甘酸っぱいチリソース 春雨の中華炒め 冬瓜のスープ すいか	牛乳 大学芋	白身魚 豚肉 牛乳	米 小麦粉 片栗粉 油 砂糖 春雨 ごま油 さつま芋 ごま	玉ねぎ チンゲン菜 人参 たけのこ オクラ 椎茸 生姜 冬瓜 長ネギ すいか
10	金	お弁当会♪ 	牛乳 ちんびん	牛乳	ちんびんミックス	
11	土	中華丼 ブロッコリーのしらす和え コーンスープ パナナ	園内研修 (おやつなし)	豚肉 しらす 糸かつお	米 油 片栗粉 ごま油	白菜 人参 チンゲン菜 椎茸 コーン 梅 ブロッコリー 生姜 大根の葉 バイン缶
12	日					
13	月	チキンカレー ブロッコリーサラダ わかめとコーンスープ バイン缶	牛乳 ココアちんすこう	合挽肉 豚レバー 大豆ミンチ ツナ わかめ 牛乳	米 カレー粉 油 砂糖 マヨドレ ごま ラード 小麦粉 ココア 砂糖	人参 玉ねぎ ビーマン にんにく マッシュルーム トマト ブロッコリー カリフラワー 赤ビーマン コーン 長ねぎ バイン缶
14	火	ご飯 鶏肉のピザ焼 れんこんサラダ ウインナー入り野菜スープ パナナ	牛乳 さつま芋蒸しパン	鶏肉 ひじき ウインナー 豆乳 牛乳	米 マヨドレ 砂糖 ごま 小麦粉 さつま芋	にんにく トマト 玉ねぎ マッシュルーム れんこん いんげん 赤ビーマン 人参 コーン 大根葉 パナナ
15	水	あわご飯 チンジャオロース しゅうまい 豆腐の中華スープ 杏仁フルーツ	牛乳 ソフトサラダ	豚肉 豆腐 しゅうまい 牛乳	米 もちきび 片栗粉 ジャが芋 油 ごま油 杏仁豆腐 ソフトサラダ	人参 ビーマン 大根の葉 コーン 玉ねぎ みかん缶
16	木	ご飯 レバーフライ・甘だれ漬け スパゲティーサラダ オクラのみそ汁 パナナ	牛乳 きな粉サブレ	豚レバー ツナ 油揚げ みそ 豆乳 牛乳 きな粉	米 油 砂糖 パン粉 サラスパ マヨドレ 小麦粉	にんにく 人参 きゅうり 赤ビーマン オクラ パナナ
17	金	ゆし豆腐そば 青菜の白和え さつま芋の甘煮 黄桃缶	お水 枝豆と塩昆布のおにぎり	アーサ ツナ 豆腐 枝豆 塩昆布	沖縄そば 砂糖 さつま芋 米 ごま	キャベツ 人参 玉ねぎ ねぎ 小松菜 赤ビーマン 黄桃缶
18	土	チャーハン 春雨中華和え 豚肉スープ りんご	牛乳 今川焼き	ウインナー ささみ 豚肉 牛乳	米 油 春雨 ごま油 砂糖 ごま 今川焼き	人参 玉ねぎ ビーマン きゅうり 赤ビーマン 大根 コーン 椎茸 ねぎ にんにく 生姜 りんご
19	日					
20	月	海の日 				
21	火	ご飯 鶏肉の梅マヨ焼 黄桃缶 クービイリチー もずくスープ	牛乳 芋天ぶら	鶏肉 豚肉 もずく 昆布 牛乳	米 マヨドレ 油 砂糖 糸こんにゃく さつま芋 小麦粉	梅 大葉 人参 切干大根 えのき 大根葉 黄桃缶
22	水	★お誕生会★ コーンライス 鶏のからあげ 野菜サラダ クリームスープ オレンジ	ジュース 誕生日ケーキ 	ウインナー 鶏肉 ツナ 豆乳 牛乳	米 押麦 油 小麦粉 片栗粉 砂糖 ごま ケーキ	コーン 玉ねぎ パセリ にんにく キャベツ ブロッコリー カリフラワー 赤ビーマン 白菜 人 参 ほうれん草 マッシュルーム オレンジ
23	木	ご飯 魚の甘酢あんかけ 千切りイリチー 南瓜のみそ汁 パナナ	牛乳 ちんすこう	白身魚 昆布 豚肉 油揚げ みそ 牛乳	米 片栗粉 油 砂糖 糸こんにゃく 小麦粉 ラード	玉ねぎ 人参 ビーマン 切干大根 椎茸 南 瓜 キャベツ パナナ
24	金	ご飯 ミートローフ 豆腐チャンプルー 里芋のみそ汁 黄桃缶	牛乳 1～2歳: ソフトサラダ 3歳以上: くずもち	大豆ミンチ 合挽肉 豚レバー 豆腐 ツナ 糸かつお みそ きな粉 牛乳	米 ジャが芋 油 里芋 くず粉 黒糖 ソフトサラダ	玉ねぎ にんにく キャベツ 人参 しめじ ねぎ 黄桃缶
25	土	沖縄風焼きそば アーサ汁 鶏肉ときゅうりのごま和え オレンジ	牛乳 やわらかおかき(のり 塩)	豚肉 青さのり ささみ 豆腐 あおさ 牛乳	中華麺 油 砂糖 ごま ごま油 おかき	キャベツ 玉ねぎ 人参 ビーマン きゅうり トマト 生姜 切干大根 オレンジ
26	日					
27	月	あわご飯 とんかつ パパイヤイリチー 花麩のすまし汁 オレンジ	牛乳 さつま芋クッキー	豚肉 ツナ 豆腐 お麩 牛乳	米 もちきび 小麦粉 パン粉 油 砂糖 ごま さつま芋	人参 パパイア みつば にら オレンジ
28	火	ご飯 さばのカレー揚げ 人参しりしり 豆乳入り豚汁 パナナ	牛乳 黒糖カステラ	さば ツナ 豚肉 豚レバー みそ 豆乳 牛乳	米 小麦粉 カレー粉 油 砂糖 黒糖	生姜 玉ねぎ 人参 ごぼう 大根 椎茸 ねぎ パナナ
29	水	なすみそ丼 ブロッコリーのごまドレ和え かぶのすまし汁 バイン缶	豆乳ココア ごま入り豆腐ドーナツ	豚ミンチ 大豆ミンチ 豆乳ココア わかめ ちくわ みそ きな粉 豆腐	米 砂糖 油 ごま油 マヨドレ ごま 小麦粉	玉ねぎ なす ビーマン 人参 ブロッコリー カリフラワー キャベツ かぶ 赤ビーマン バイン缶
30	木	ご飯 ささみの梅煮 きんぴらごぼう 豆腐のみそ汁 パナナ	牛乳 あんぱん	ささみ 豆腐 わかめ みそ 牛乳	米 黒糖 油 ごま油 ごま 砂糖 あんぱん	梅 生姜 ごぼう 人参 いんげん 長ネギ パナナ
31	金	ご飯 魚の磯部揚げ 黄桃缶 ひじきの煮物 ジャが芋のみそ汁	牛乳 小豆入り豆腐スコーン	白身魚 青さのり ひじき みそ さつま揚げ 牛乳 豆腐 小豆	米 小麦粉 油 ジャが芋 砂糖	人参 いんげん 切干大根 玉ねぎ チンゲン菜 黄桃缶



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。





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	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)
1	水	10倍粥 南瓜ペースト すまし汁	7倍粥 豆腐とキャベツのつぶし煮 南瓜のつぶし煮 白菜のすまし汁	全粥 豆腐とキャベツの柔らか煮 南瓜の柔らか煮 白菜のすまし汁	7倍粥 しらすと人参のつぶし煮 きゅうりのすまし汁	全粥 しらすと人参の柔らか煮 きゅうりのすまし汁
		(主な材料)米 豆腐 キャベツ 南瓜 白菜			米 しらす 人参 きゅうり	
2	木	10倍粥 冬瓜のとろとろ煮 すまし汁	7倍粥 ささみと人参のつぶし煮 冬瓜と青菜のすまし汁 バナナ	全粥 ささみと人参の柔らか煮 冬瓜と青菜のすまし汁 バナナ	7倍粥 しらすと玉ねぎのつぶし煮 南瓜のすまし汁	全粥 しらすと玉ねぎの柔らか煮 南瓜のすまし汁
		(主な材料)米 ささみ 人参 冬瓜 ほうれん草 バナナ			米 しらす 玉ねぎ 南瓜	
3	金	10倍粥 白身魚と冬瓜のペースト すまし汁	7倍粥 白身魚と冬瓜のつぶし煮 じゃが芋と人参のつぶし煮 豆腐のすまし汁	全粥 白身魚と冬瓜の柔らか煮 じゃが芋と人参の柔らか煮 豆腐のすまし汁	7倍粥 鶏ミンチとキャベツのつぶし煮 玉ねぎのすまし汁	全粥 鶏ミンチとキャベツの柔らか煮 玉ねぎのすまし汁
		(主な材料)米 白身魚 冬瓜 じゃが芋 人参 豆腐			米 鶏ミンチ キャベツ 玉ねぎ	
4	土	10倍粥 豆腐と青菜ペースト すまし汁	7倍粥 豆腐と青菜のつぶし煮 南瓜と玉ねぎのつぶし煮 人参のすまし汁	全粥 豆腐と青菜の柔らか煮 南瓜と玉ねぎの柔らか煮 人参のすまし汁	7倍粥 しらすと南瓜のつぶし煮 さつま芋のすまし汁	全粥 しらすと南瓜の柔らか煮 さつま芋のすまし汁
		(主な材料)米 豆腐 ほうれん草 南瓜 玉ねぎ 人参			米 しらす 南瓜 さつま芋	
6	月	10倍粥 冬瓜ペースト すまし汁	7倍粥 納豆と青菜のつぶし煮 冬瓜のとろとろ煮 人参のすまし汁	全粥 納豆と青菜の柔らか煮 冬瓜のとろとろ煮 人参のすまし汁	7倍粥 鶏ミンチと玉ねぎのつぶし煮 ブロッコリーのすまし汁	全粥 鶏ミンチと玉ねぎの柔らか煮 ブロッコリーのすまし汁
		(主な材料)米 納豆 小松菜 冬瓜 人参			米 鶏ミンチ 玉ねぎ ブロッコリー	
7	火	10倍粥 じゃが芋のペースト すまし汁	7倍粥 ささみと野菜のつぶし煮 じゃが芋のすまし汁 りんご煮	全粥 ささみと野菜の柔らか煮 じゃが芋のすまし汁 りんご煮	7倍粥 しらすとオクラのつぶし煮 大根のすまし汁	全粥 しらすとオクラの柔らか煮 大根のすまし汁
		(主な材料)米 ささみ ブロッコリー 玉ねぎ じゃが芋 りんご			米 しらす オクラ 大根	
8	水	10倍粥 南瓜ペースト すまし汁	7倍粥 鶏ミンチと人参のつぶし煮 きゅうりと青菜のつぶし煮 南瓜のすまし汁	全粥 鶏ミンチと人参の柔らか煮 きゅうりと青菜の柔らか煮 南瓜のすまし汁	7倍粥 しらすと大根のつぶし煮 白菜のすまし汁	全粥 しらすと大根の柔らか煮 白菜のすまし汁
		(主な材料)米 鶏ミンチ 人参 きゅうり ちんげん菜 南瓜			米 しらす 大根 白菜	
9	木	10倍粥 白身魚とじゃが芋のペースト すまし汁	7倍粥 白身魚とじゃが芋のつぶし煮 玉ねぎとトマトのすまし汁 バナナ	全粥 白身魚とじゃが芋の柔らか煮 玉ねぎとトマトのすまし汁 バナナ	7倍粥 ささみと青菜のつぶし煮 冬瓜のすまし汁	全粥 ささみと青菜の柔らか煮 冬瓜のすまし汁
		(主な材料)米 白身魚 じゃが芋 玉ねぎ トマト バナナ			米 ささみ ほうれん草 冬瓜	
10	金	お弁当会♪ 			7倍粥 鶏ミンチと人参のつぶし煮 いんげんのすまし汁	全粥 鶏ミンチと人参の柔らか煮 いんげんのすまし汁
					米 鶏ミンチ 人参 いんげん	
11	土	10倍粥 野菜ペースト すまし汁	野菜丼 じゃが芋のつぶし煮 ブロッコリーのスープ	野菜丼 じゃが芋の柔らか煮 ブロッコリーのスープ	園内研修 (おやつなし)	
		(主な材料)米 鶏ミンチ 白菜 人参 じゃが芋 ブロッコリー				
13	月	10倍粥 野菜のペースト すまし汁	野菜丼 ブロッコリーと南瓜のつぶし煮 青菜のすまし汁	野菜丼 ブロッコリーと南瓜の柔らか煮 青菜のすまし汁	7倍粥 南瓜のそぼろ煮 キャベツのすまし汁	全粥 南瓜のそぼろ煮 キャベツのすまし汁
		(主な材料)米 鶏ミンチ 人参 玉葱 ブロッコリー 南瓜 小松菜			米 鶏ミンチ 南瓜 キャベツ	
14	火	10倍粥 トマトと玉ねぎのペースト すまし汁	7倍粥 ささみとトマトのつぶし煮 玉ねぎといんげんのすまし汁 バナナ	全粥 ささみとトマトの柔らか煮 玉ねぎといんげんのすまし汁 バナナ	7倍粥 しらすと青菜のつぶし煮 冬瓜のすまし汁	全粥 しらすと青菜の柔らか煮 冬瓜のすまし汁
		(主な材料)米 ささみ トマト 玉ねぎ いんげん バナナ			米 しらす ほうれん草 冬瓜	
15	水	10倍粥 人参と玉ねぎペースト すまし汁	7倍粥 しらすとじゃが芋のつぶし煮 人参と玉ねぎのつぶし煮 豆腐のすまし汁	全粥 しらすとじゃが芋の柔らか煮 人参と玉ねぎの柔らか煮 豆腐のすまし汁	7倍粥 白身魚といんげんのつぶし煮 大根のすまし汁	全粥 白身魚といんげんの柔らか煮 大根のすまし汁
		(主な材料)米 しらす じゃが芋 人参 玉ねぎ 豆腐			米 白身魚 いんげん 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。



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 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
16	木	10倍粥 南瓜ペースト すまし汁	7倍粥 ささみと南瓜のつぶし煮 オクラと玉ねぎのすまし汁 バナナ	全粥 ささみと南瓜の柔らか煮 オクラと玉ねぎのすまし汁 バナナ	7倍粥 しらすとブロッコリーのつぶし煮 人参のすまし汁	全粥 しらすとブロッコリーの柔らか煮 人参のすまし汁
		(主な材料)米 ささみ 南瓜 オクラ 玉ねぎ バナナ			米 しらす ブロッコリー 人参	
17	金	10倍粥 さつま芋ペースト すまし汁	7倍粥 しらすと人参のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 キャベツのすまし汁	全粥 しらすと人参の柔らか煮 さつま芋の柔らか煮 キャベツのすまし汁	7倍粥 ささみと玉ねぎのつぶし煮 青菜のすまし汁	全粥 ささみと玉ねぎの柔らか煮 青菜のすまし汁
		(主な材料)米 しらす 人参 さつま芋 キャベツ			米 ささみ 玉ねぎ 小松菜	
18	土	10倍粥 大根のペースト すまし汁	7倍粥 ささみときゅうりのつぶし煮 人参と青菜のつぶし煮 大根のすまし汁	全粥 ささみときゅうりの柔らか煮 人参と青菜の柔らか煮 大根のすまし汁	7倍粥 しらすとさつま芋のつぶし煮 人参のすまし汁	全粥 しらすとさつま芋の柔らか煮 人参のすまし汁
		(主な材料)米 ささみ きゅうり 人参 ほうれん草 大根			米 しらす さつま芋 人参	
20	月	海の日				
21	火	10倍粥 白菜と南瓜ペースト すまし汁	7倍粥 ささみといんげんのつぶし煮 白菜と南瓜のすまし汁 オレンジ	全粥 ささみといんげんの柔らか煮 白菜と南瓜のすまし汁 オレンジ	7倍粥 しらすと人参のつぶし煮 さつま芋のすまし汁	全粥 しらすと人参の柔らか煮 さつま芋のすまし汁
		(主な材料)米 ささみ いんげん 人参 南瓜 白菜 オレンジ			米 しらす 人参 さつま芋	
22	水	10倍粥 人参ペースト すまし汁	7倍粥 ツナとトマトのつぶし煮 ブロッコリーと玉ねぎのつぶし煮 人参のすまし汁	全粥 ツナとトマトの柔らか煮 ブロッコリーと玉ねぎの柔らか煮 人参のすまし汁	7倍粥 さつま芋のそぼろ煮 南瓜のすまし汁	全粥 さつま芋のそぼろ煮 南瓜のすまし汁
		(主な材料)米 ツナ トマト ブロッコリー 玉ねぎ 人参			米 鶏ミンチ さつま芋 南瓜	
23	木	10倍粥 白身魚と南瓜のペースト すまし汁	7倍粥 白身魚と南瓜のつぶし煮 玉ねぎとキャベツのすまし汁 バナナ	7倍粥 白身魚と南瓜の柔らか煮 玉ねぎとキャベツのすまし汁 バナナ	7倍粥 ささみと玉ねぎつぶし煮 青菜のすまし汁	全粥 ささみと玉ねぎ柔らか煮 青菜のすまし汁
		(主な材料)米 白身魚 南瓜 玉ねぎ キャベツ バナナ			米 ささみ 玉ねぎ ほうれん草	
24	金	10倍粥 キャベツと玉ねぎペースト すまし汁	7倍粥 ツナとブロッコリーのつぶし煮 キャベツと玉ねぎのつぶし煮 オクラのすまし汁	全粥 ツナとブロッコリーの柔らか煮 キャベツと玉ねぎの柔らか煮 オクラのすまし汁	7倍粥 人参のそぼろ煮 青菜のすまし汁	全粥 人参のそぼろ煮 青菜すまし汁
		(主な材料)米 ツナ ブロッコリー キャベツ 玉葱 オクラ			米 鶏ミンチ 人参 小松菜	
25	土	10倍粥 キャベツと人参ペースト すまし汁	7倍粥 ささみとトマトのつぶし煮 キャベツと人参のつぶし煮 豆腐のすまし汁	全粥 ささみとトマトの柔らか煮 キャベツと人参の柔らか煮 アーサ汁	7倍粥 さつま芋と南瓜煮 白身魚のすまし汁	全粥 さつま芋と南瓜煮 白身魚のすまし汁
		(主な材料)米 ささみ トマト キャベツ 人参 豆腐			米 さつま芋 南瓜 白身魚	
27	月	10倍粥 冬瓜ののろろ煮 すまし汁	7倍粥 ツナと人参のつぶし煮 冬瓜ののろろ煮 玉ねぎのすまし汁	全粥 ツナと人参の柔らか煮 冬瓜ののろろ煮 玉ねぎのすまし汁	7倍粥 ささみと青菜のつぶし煮 さつま芋のすまし汁	全粥 ささみと青菜の柔らか煮 さつま芋のすまし汁
		(主な材料)米 ツナ 人参 冬瓜 玉ねぎ			米 ささみ ほうれん草 さつま芋	
28	火	10倍粥 白身魚と青菜のペースト すまし汁	7倍粥 白身魚と青菜のつぶし煮 人参と大根のすまし汁 バナナ	全粥 白身魚と青菜の柔らか煮 人参と大根のすまし汁 バナナ	7倍粥 ささみと南瓜のつぶし煮 ブロッコリーのすまし汁	全粥 ささみと南瓜の柔らか煮 ブロッコリーのすまし汁
		(主な材料)米 白身魚 小松菜 人参 大根 バナナ			米 ささみ 南瓜 ブロッコリー	
29	水	10倍粥 大根のペースト すまし汁	二色丼 人参とブロッコリーのつぶし煮 大根のすまし汁	二色丼 人参とブロッコリーの柔らか煮 大根のすまし汁	7倍粥 しらすとキャベツのつぶし煮 いんげんのすまし汁	全粥 しらすとキャベツの柔らか煮 いんげんのすまし汁
		(主な材料)米 鶏ミンチ 玉ねぎ ほうれん草 人参 ブロッコリー 大根			米 しらす キャベツ いんげん	
30	木	10倍粥 豆腐と人参のペースト すまし汁	7倍粥 ささみとブロッコリーのつぶし煮 豆腐と人参のすまし汁 バナナ	全粥 ささみとブロッコリーの柔らか煮 豆腐と人参のすまし汁 バナナ	7倍粥 白身魚とオクラのつぶし煮 白菜のすまし汁	全粥 白身魚とオクラの柔らか煮 白菜のすまし汁
		(主な材料)米 ささみ ブロッコリー 豆腐 人参 バナナ			米 白身魚 オクラ 白菜	
31	金	10倍粥 人参と玉ねぎペースト すまし汁	7倍粥 白身魚とオクラのつぶし煮 人参と玉ねぎのつぶし煮 冬瓜のすまし汁	全粥 白身魚とオクラの柔らか煮 人参と玉ねぎの柔らか煮 冬瓜のすまし汁	7倍粥 いんげんと大根のつぶし煮 豆腐のすまし汁	全粥 いんげんと大根の柔らか煮 豆腐のすまし汁
		(主な材料)米 白身魚 オクラ 人参 玉ねぎ トマト			米 いんげん 大根 豆腐	

※ 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。