

平成30年 8月予定献立表 可愛保育園

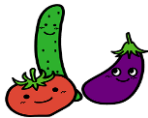
栄養士：比嘉 ゆりえ

日	曜日	こんだて	<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	おやつ	
1日	水	あわご飯 タンドリーチキン ポテトフライ ゴーヤーチャンプルー 麩のみそ汁 パイン缶	鶏肉 チーズ 卵 豆腐 麩 牛乳	米 きび ごま油 HM ジャがいも 小麦粉 砂糖	人参 玉葱 ゴーヤー ほうれん草 パプリカ 果物缶	牛乳 野菜とチーズのパン ケーキ	
2日	木	黒米ご飯 さばみそ煮 赤うり梅和え 南瓜のそぼろ煮 果物 オクラととろろ昆布のスープ	さば 鶏肉 とろろ昆布 かつお削りぶし 豆腐 牛乳	米 黒米 砂糖 油 片栗粉 ごま HM きなこ	赤うり 南瓜 人参 グリンピース オクラ 果物	牛乳 もちもちドーナツ	
3日	金	タコライス れんこんサラダ 中華スープ 果物	合いびき肉 チーズ ちくわ もずく牛乳	米 マヨネーズ ごま 砂 糖 春雨	玉葱 レンコン いんげん 人参 青菜 果物	牛乳 ちんびん	
4日	土	あわご飯 マーボー豆腐 キャベツのツナ和え コーンスープ ヨーグルト和え	豆腐 豚肉 ツナ 卵 ヨーグルト 豆乳	米 きび 片栗粉 砂 糖 油	しいたけ 人参 玉葱 たけのこ にら キャベツ きゅうり パプリカ コーン パセリ 果物缶	豆乳 レモンケーキ	
6日	月	あわご飯 鶏肉の照り焼き コールスロー 千切りイリチー わかめのみそ汁 果物	鶏肉 豚肉 わかめ 豆腐 卵 牛乳	米 もちきび HM マヨネーズ 砂糖 油	キャベツ パプリカ 切干し大根 人参 しいたけ ねぎ 小松菜 こ んにやく 果物	牛乳 小松菜蒸しパン	
7日	火	冷やし中華 豆腐サラダ 大学芋（紅芋） 果物	ハム 卵 牛乳 わかめ 豆腐 えび 青のり	中華麺 油 マヨネー ズ ごま 紅芋 小麦 粉 砂糖	きゅうり トマト 小松菜 人参 コーン キャベツ 果物	牛乳 お好み焼き	
8日	水	 ♪お弁当会♪ 					バナナアイスクリーム 鉄入りウエハース
9日	木	オムライス ボイルウィンナー 南瓜サラダ クリームスープ 果物	鶏肉 ベーコン 卵 ウィンナー 牛乳	米 バター マカロ ニ マヨネーズ じゃが芋 砂糖 油	玉葱 人参 ピーマン 南瓜 きゅうり マッシュルーム ほうれ ん草 果物 果物缶	牛乳 果物ゼリー クッキー	
10日	金	黒米ご飯 魚のごまみそ焼き オクラのおかか和え クープイリチー ゆし豆腐 果物	白身魚 かつお糸削り 昆 布 豚肉 豆腐 卵 牛乳	米 黒米 砂糖 ごま パ ター 小麦粉 油	オクラ 切干し大根 人参 こんにやく ねぎ 果物	牛乳 チョコチップクッキー	
11日	土	山の日（公休日）					
13日	月	夏野菜ドライカレー 果物 キャベツツナ和え 春雨スープ	合挽き肉 豚レバー ツナ 卵 牛乳 大豆	米 麦 春雨 アンダ ギー ミックス 油 砂 糖 レーズン	ゴーヤー 玉葱 パプリカ マッ シュルーム トマトジュース キャ ベツ 人参 チンゲン菜 果物	牛乳 サターアンドギー	
14日	火	麦ご飯 チーズミートローフ マッシュポテト 人参しりしり コンソメスープ 果物	合挽き肉 卵 牛乳 チー ズ かにかま	米 麦 小麦粉 パン粉 さつま芋 じゃが芋	玉葱 ミックスベジタブル 人参 にら 白菜 セロリ 果物	牛乳 芋天ぷら	
15日	水	あわご飯 レバーの香味揚げ 南瓜サラダ 冬瓜すまし汁 ヨーグルト和え	豚レバー ヨーグルト チーズ 牛乳	米 きび ジャが芋 マヨネーズ ジャム 小麦粉 黒糖	ブロッコリー 南瓜 きゅうり 冬 瓜 しめじ 貝割れ大根 果物缶	牛乳 黒糖ちんすこう	
16日	木	玄米ご飯 魚フライタルタルソース 冬瓜の煮物 青菜と油揚げのみそ汁 果物	白身魚 卵 鶏肉 大豆 油揚げ 豆乳 のり	米 玄米 小麦粉 パン粉 マヨネーズ 油 砂糖	玉葱 パプリカ パセリ ピクルス 冬瓜 人参 しいたけ いんげん 青菜 果物	豆乳 油みそおにぎり	
17日	金	麦ご飯 ひじき豆腐ハンバーグ きんぴらごぼう なすのみそ汁 果物	豆腐 鶏肉 ひじき 卵 豚肉 牛乳	米 麦 小麦粉 パン粉 チョコチップ パター砂糖 ココア	玉葱 パプリカ ブロッコリー には ごぼう 人参 こんにやく な す 大根 かいわれ 果物	牛乳 人参ケーキ	
18日	土	焼肉チャーハン ナムル クリームスープ 果物	豚肉 ちくわ 牛乳	米 ごま 油 砂糖	玉葱 人参 ピーマン もやし 小松菜 パプリカ コーン パセリ 果 物	牛乳 パウムクーヘン	
20日	月	三色丼 ごぼうサラダ キャベツスープ フルーチェ	鶏肉 卵 ささみ ひじき 牛乳 卵	米 麦 マヨネーズ ごま 砂糖 ココア 油 フルーチェ	玉葱 ほうれん草 ごぼう 果物缶 きゅうり キャベツ コーン パセ リ	牛乳 マーブルケーキ	
21日	火	桜えび入りひじきご飯 とんかつ スパゲティータラ きのこのみそ汁 果物	豚肉 ひじき きざみ揚げ 桜えび 卵 ハム 牛乳 ヨーグルト	米 小麦粉 パン粉 サラ スパ パター 砂糖 油	トマト きゅうり なめこ えのき ねぎ 果物 果物缶	牛乳 ヨーグルトケーキ	
22日	水	☆お誕生日会☆ カレーピラフ 鶏の唐揚げ かりかりきゅうり ブロッコリーの胡麻和え 果物 ミネストローネ	ツナ 鶏肉 卵 糸削 り ちくわ ベーコン 牛乳	米 パター 小麦粉 ごま マカロニ 砂糖 油	玉葱 ピーマン パプリカ トマト きゅうり ブロッコリー 人参 キャベツ パセリ 果物	ジュース お誕生日ケーキ 	
23日	木	沖縄そば 青菜の納豆和え ふかし芋 果物	豚肉 かまぼこ 納豆 のり 鶏肉 ひじき 牛乳	沖縄そば 糖 さつま芋 米 砂糖 油	ねぎ 小松菜 人参 しいたけ 果 物	豆乳 ジュースーおにぎり	
24日	金	あわご飯 魚マヨネーズ焼き 筑前煮 へちまのみそ汁 果物	鮭 鶏肉 卵 金時豆 牛乳	米 きび マヨネーズ じゃが芋 麦 砂糖 油	玉葱 パプリカ ピーマン ごぼう いんげん たけのこ 人参 しいたけ へちま ねぎ 果物	牛乳 沖縄ぜんざい	
25日	土	<ウーケイ> 中華丼 春雨中華和え 豆腐スープ 杏仁フルーツ	豚肉 ささみ えび 豆腐 わかめ 牛乳 豆乳	米 春雨 ごま 砂糖 油	白菜 人参 チンゲン菜 しいたけ きゅうり パプリカ 大根葉 杏仁 豆腐 果物缶	牛乳 豆乳プリン・せんべい	
27日	月	麦ご飯 魚の甘酢あんかけ パパイヤイリチー 冬瓜みそ汁 果物	白身魚 豚肉 きざ み揚げ 牛乳 卵	米 麦 HM つぶあん 砂糖 油	玉葱 パプリカ えのき グリン ピース パパイア 人参 には 冬 瓜 かいわれ 果物	牛乳 小豆蒸しパン	
28日	火	スパゲティータラ ひじきサラダ コンソメスープ ヨーグルト和え	ウィンナー ひじき かにかま ベーコン ヨーグルト 牛乳	米 スパゲティー マヨネーズ ごま 砂糖 油	玉葱 人参 ピーマン パプリカ きゅうり 切干大根 キャベツ パ セリ 青菜 果物 果物缶	牛乳 ふりかけおにぎり	
29日	水	あわご飯 鶏肉の梅マヨ焼き 麩チャンプルー ジャがいもみそ汁 果物	鶏肉 麩 卵 ツナ わかめ 牛乳 きな こ	米 きび マヨネーズ 砂糖 じゃが芋 小麦粉 パター 砂糖	ブロッコリー キャベツ 人参 ゴーヤー ねぎ 果物	牛乳 きなこクッキー	
30日	木	玄米ご飯 豚肉のみそ焼き キャベツ和え物 南瓜の煮物 そうめん汁 果物	豚肉 ちくわ 牛乳	米 玄米 そうめん ごま 砂糖 油	キャベツ きゅうり 南瓜 グリンピース 人参 ねぎ 果物 果物缶	牛乳 果物ゼリー・クッキー	
31日	金	ごぼう飯 鮭の照り焼き もずく酢 かき玉汁 果物	鶏肉 きざみ揚げ 鮭 もずく 卵 ヨー グルト 牛乳	米 小麦粉 砂糖 パター 油	ごぼう 人参 しいたけ ねぎ きゅうり ほうれん草 果物	牛乳 バナナケーキ	



☆献立は材料、その他の都合により変更することがあります。
☆アレルギー対応食は医師の診断書に基づき実施しています。





8月 離乳食献立表

< その1 >

可愛保育園

栄養士 : 比嘉 ゆりえ

回食	1回食 (午前)			2回食 (午後)			
月齢	5・6ヶ月頃 (開始後一ヶ月間)	7・8ヶ月	9・10・11ヶ月	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃		
固さの目安	トトロロ⇒ペタペタ	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		
目安	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	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁 	全粥 豆腐とあおさのつぶし煮 玉葱と人参のつぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 豆腐とあおさのやわらか煮 玉葱と人参のやわらか煮 すまし汁 果物	全粥 南瓜と鮭つぶし煮 ほうれん草みそ汁	軟飯 南瓜と鮭やわらか煮 ほうれん草みそ汁		
水	(主な材料) 米 人参 豆腐 あおさ 玉葱 果物			(主な材料) 米 南瓜 鮭 ほうれん草			
2	10倍がゆ 南瓜ペースト すまし汁	全粥 鮭と玉葱のつぶし煮 南瓜つぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 鮭と玉葱のやわらか煮 南瓜のやわらか煮 すまし汁 果物	全粥 さつまいもと豆腐つぶし煮 くたくたそうめん汁	軟飯 さつまいもと豆腐やわらか煮 くたくたそうめん汁		
木	(主な材料) 米 南瓜 鮭 玉葱 果物			(主な材料) 米 さつまいも 豆腐 そうめん汁			
3	10倍がゆ 豆腐のペースト すまし汁	全粥 豆腐とトマトのつぶし煮 ブロッコリーつぶし煮 すまし汁 りんご煮	軟飯 豆腐とトマトやわらか煮 ブロッコリーやわらか煮 すまし汁 りんご煮	全粥 さつまいもつぶし煮 キャベツみそ汁	軟飯 さつまいもやわらか煮 キャベツみそ汁		
金	(主な材料) 米 豆腐 トマト ブロッコリー 果物			(主な材料) 米 さつまいも キャベツ			
4	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁	全粥 ささみとあおさつぶし煮 人参と玉葱のつぶし煮 すまし汁 ヨーグルト	軟飯 ささみとあおさのやわらか煮 人参と玉葱のやわらか煮 すまし汁 ヨーグルト	全粥 南瓜つぶし煮 なすのみそ汁	軟飯 南瓜やわらか煮 なすのみそ汁		
土	(主な材料) 米 人参 ささみ あおさ 玉葱 豆乳ヨーグルト			(主な材料) 米 南瓜 なす			
6	10倍がゆ 豆腐のペースト すまし汁	全粥 ささみとキャベツつぶし煮 大根と人参のつぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 鶏レバーとキャベツやわらか煮 大根と人参やわらか煮 すまし汁 果物	全粥 ブロッコリーと豆腐つぶし煮 キャベツみそ汁	全がゆ ブロッコリーと豆腐やわらか煮 キャベツみそ汁		
月	(主な材料) 米 豆腐 ささみ 鶏レバー キャベツ 大根 人参 果物			(主な材料) 米 豆腐 ブロッコリー キャベツ			
7	10倍がゆ さつまいもペースト すまし汁	全粥 ささみと青菜つぶし煮 人参となすのつぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 ささみと青菜のやわらか煮 人参となすのやわらか煮 すまし汁 果物	全粥 さつまいもつぶし煮 白菜みそ汁	軟飯 さつまいもやわらか煮 白菜みそ汁		
火	(主な材料) 米 さつまいも ささみ 青菜 人参 なす 果物			(主な材料) 米 さつまいも 白菜			
8	 お弁当会 			全粥 人参つぶし煮 玉葱のすまし汁			軟飯 人参やわらか煮 玉葱のすまし汁
水	(主な材料) 米 人参 玉葱			(主な材料) 米 人参 玉葱			
9	10倍がゆ 冬瓜ペースト すまし汁	全粥 ささみと人参のつぶし煮 冬瓜つぶし煮 すまし汁 りんご煮	軟飯 ささみと人参のやわらか煮 冬瓜やわらか煮 すまし汁 りんご煮	あおさ粥 南瓜つぶし煮 豆腐すまし汁	あおさ粥 南瓜やわらか煮 豆腐すまし汁		
木	(主な材料) 米 冬瓜 ささみ 人参 果物			(主な材料) 米 あおさ 南瓜 豆腐			
10	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全粥 白身魚つぶし煮 ブロッコリーと人参のつぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 白身魚やわらか煮 ブロッコリーと人参のやわらか煮 すまし汁 果物	全粥 さつまいもつぶし煮 なすすまし汁	軟飯 さつまいもやわらか煮 なすすまし汁		
金	(主な材料) 米 豆腐 白身魚 ブロッコリー 人参 果物			(主な材料) 米 さつまいも なす			
11	🌸 山の日 (公休日) 🌸						
土							
13	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁	全粥 豆腐としらすのつぶし煮 人参のつぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 豆腐としらすのやわらか煮 人参のやわらか煮 すまし汁 果物	全粥 キャベツつぶし煮 すまし汁	軟飯 キャベツやわらか煮 すまし汁		
月	(主な材料) 米 人参 豆腐 しらす 果物			(主な材料) 米 キャベツ 鮭			
14	10倍がゆ じゃが芋ペースト すまし汁	全粥 じゃがいもとしらすのつぶし煮 人参のつぶし煮 キャベツスープ 果物	軟飯 じゃがいもとしらすのやわらか煮 人参のやわらか煮 キャベツスープ 果物	全粥 さつまいもつぶし煮 キャベツみそ汁	軟飯 さつまいもやわらか煮 キャベツみそ汁		
火	(主な材料) 米 じゃがいも しらす 人参 キャベツ 果物			(主な材料) 米 さつまいも キャベツ			
15	10倍がゆ 南瓜ペースト すまし汁	全粥 ささみと南瓜のつぶし煮 冬瓜つぶし煮 すまし汁 ヨーグルト	軟飯 鶏レバーと南瓜のやわらか煮 冬瓜のやわらか煮 すまし汁 ヨーグルト	全粥 人参とじゃが芋のつぶし煮 ほうれん草みそ汁	軟飯 人参とじゃが芋のやわらか煮 ほうれん草みそ汁		
水	(主な材料) 米 南瓜 ささみ 鶏レバー 冬瓜 豆乳ヨーグルト			(主な材料) 米 人参 じゃが芋 ほうれん草			

※ 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。





8月 離乳食献立表

<その2>

可愛保育園

栄養士：比嘉 ゆりえ

回食	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月齢	5・6ヶ月頃 (開始後一ヶ月間)	7・8ヶ月	9・10・11ヶ月	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
固さの目安	トロトロ ⇒ バタバタ 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
		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	10倍がゆ 大根と人参ペースト すまし汁	全粥 白身魚とほうれん草つぶし煮 大根つぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 白身魚とほうれん草やわらか煮 大根やわらか煮 すまし汁 果物	全粥 さつまいもつぶし煮 くたくたそうめん汁	軟飯 さつまいもやわらか煮 くたくたそうめん汁
木	(主な材料) 米 大根 人参 白身魚 ほうれん草 果物			(主な材料) 米 さつまいも そうめん	
17	10倍がゆ 白身魚ペースト すまし汁	全粥 白身魚と人参つぶし煮 おくらつぶし煮 すまし汁 りんご煮	軟飯 白身魚と人参やわらか煮 おくらやわらか煮 すまし汁 りんご煮	全粥 大根つぶし煮 玉葱みそ汁	軟飯 大根やわらか煮 へちまみそ汁
金	(主な材料) 米 白身魚 人参 おくら 果物			(主な材料) 米 大根 玉葱 へちま	
18	10倍がゆ ささみペースト すまし汁	全粥 ささみつぶし煮 玉葱と人参つぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 ささみやわらか煮 玉葱と人参やわらか煮 すまし汁 果物	全粥 南瓜と豆腐つぶし煮 小松菜すまし汁	軟飯 南瓜と豆腐やわらか煮 小松菜すまし汁
土	(主な材料) 米 ささみ 玉葱 人参 果物			(主な材料) 米 南瓜 豆腐 小松菜	
20	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁	全粥 ささみと人参つぶし煮 じゃが芋つぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 ささみと人参やわらか煮 じゃがいもやわらか煮 すまし汁 果物	全粥 南瓜と麩のつぶし煮 キャベツみそ汁	軟飯 南瓜と麩のやわらか煮 キャベツみそ汁
月	(主な材料) 米 人参 ささみ じゃが芋 果物			(主な材料) 米 南瓜 麩 キャベツ	
21	10倍がゆ 南瓜ペースト すまし汁	全粥 豆腐とおおさつぶし煮 白菜とトマトつぶし煮 すまし汁 りんご煮	軟飯 豆腐とおおさやわらか煮 白菜とトマトやわらか煮 すまし汁 りんご煮	全粥 南瓜とそうめんつぶし煮 すまし汁	軟飯 南瓜とそうめんやわらか煮 すまし汁
火	(主な材料) 米 南瓜 豆腐 おおさ 白菜 トマト 果物			(主な材料) 米 南瓜 そうめん	
22	10倍がゆ 大根と魚ペースト すまし汁	全粥 ささみときゅうりつぶし煮 人参と玉葱つぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 ささみときゅうりやわらか煮 人参と玉葱やわらか煮 すまし汁 果物	全粥 ブロッコリーつぶし煮 キャベツすまし汁	軟飯 ブロッコリーやわらか煮 キャベツすまし汁
水	(主な材料) 米 大根 白身魚 きゅうり 人参 玉葱 果物			(主な材料) 米 ブロッコリー キャベツ	
23	10倍がゆ さつまいもペースト すまし汁	全粥 さつまいもと納豆つぶし煮 人参つぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 さつまいもと納豆やわらか煮 人参やわらか煮 すまし汁 果物	全粥 南瓜つぶし煮 玉葱みそ汁	軟飯 南瓜やわらか煮 玉葱みそ汁
木	(主な材料) 米 さつまいも 納豆 人参 果物			(主な材料) 米 南瓜 玉葱	
24	10倍がゆ じゃが芋ペースト すまし汁	全粥 鮭とほうれん草つぶし煮 じゃが芋つぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 鮭とほうれん草やわらか煮 じゃが芋やわらか煮 すまし汁 果物	全粥 人参つぶし煮 麩のすまし汁	軟飯 人参やわらか煮 麩のすまし汁
金	(主な材料) 米 じゃが芋 鮭 ほうれん草 果物			(主な材料) 米 人参 麩	
25	10倍がゆ 南瓜ペースト すまし汁	全粥 豆腐とほうれん草つぶし煮 南瓜つぶし煮 すまし汁 りんご煮	軟飯 豆腐とほうれん草やわらか煮 南瓜やわらか煮 すまし汁 りんご煮	全粥 人参しらすつぶし煮 白菜みそ汁	軟飯 人参しらすやわらか煮 白菜みそ汁
土	(主な材料) 米 南瓜 豆腐 ほうれん草 果物			(主な材料) 米 人参 しらす 白菜	
27	10倍がゆ 冬瓜ペースト すまし汁	全粥 白身魚のつぶし煮 冬瓜つぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 白身魚のやわらか煮 冬瓜やわらか煮 すまし汁 果物	全粥 人参つぶし煮 玉葱すまし汁	軟飯 人参やわらか煮 玉葱すまし汁
月	(主な材料) 米 冬瓜 白身魚 果物			(主な材料) 米 人参 玉葱	
28	10倍がゆ 大根ペースト すまし汁	全粥 ささみとおおさつぶし煮 キャベツつぶし煮 すまし汁 ヨーグルト	軟飯 ささみとおおさやわらか煮 キャベツやわらか煮 すまし汁 ヨーグルト	全粥 南瓜つぶし煮 玉葱すまし汁	軟飯 南瓜やわらか煮 玉葱すまし汁
火	(主な材料) 米 大根 ささみ おおさ キャベツ 豆乳ヨーグルト			(主な材料) 米 南瓜 玉葱	
29	10倍がゆ じゃが芋ペースト すまし汁	全粥 じゃが芋としらすつぶし煮 ブロッコリーつぶし煮 すまし汁 りんご煮	軟飯 じゃが芋としらすやわらか煮 ブロッコリーやわらか煮 すまし汁 りんご煮	全粥 人参つぶし煮 キャベツすまし汁	軟飯 人参やわらか煮 キャベツすまし汁
水	(主な材料) 米 じゃが芋 しらす ブロッコリー 果物			(主な材料) 米 人参 キャベツ	
30	10倍がゆ 南瓜ペースト すまし汁	全粥 ささみと南瓜つぶし煮 キャベツと人参つぶし煮 くたくたそうめん汁 果物	軟飯 ささみと南瓜やわらか煮 キャベツと人参やわらか煮 くたくたそうめん汁 果物	全粥 さつまいもつぶし煮 麩のみそ汁	軟飯 さつまいものやわらか煮 麩のみそ汁
木	(主な材料) 米 人参 南瓜 キャベツ ささみ そうめん 果物			(主な材料) 米 さつまいも 麩	
31	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁	全粥 鮭と青菜つぶし煮 冬瓜つぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 鮭と青菜やわらか煮 冬瓜やわらか煮 すまし汁 果物	全粥 さつまいもと麩つぶし煮 人参すまし汁	軟飯 さつまいもと麩のやわらか煮 人参すまし汁
金	(主な材料) 米 人参 鮭 青菜 冬瓜 果物			(主な材料) 米 さつまいも 人参 麩	

※ 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。

