



日	曜日	こんだて	<あか>	<きいろ>	<みどり>	おやつ
			血や肉をつくる	熱や力になる	体の調子を整える	
1日	金	麦ご飯 とんかつ コールスロー 人参しりしり 大根みそ汁 果物	豚肉 ツナ わかめ 牛乳	麦 米 小麦粉 パン粉 油 砂糖 マヨネーズ	キャベツ きゅうり 人参 ピーマン 大根 ねぎ 果物	牛乳 青りんごゼリー カルシウムクッキー
2日	土	照り焼き丼 野菜の胡麻和え 青菜とえのきのスープ 果物	鶏肉 のり ちくわ 牛乳 豆乳	米 麦 ごま 砂糖 油	玉葱 人参 フロccoliー パプリカ もやし えのき ほうれん草	豆乳プリン ぼたぼた焼き
4日	月	麦ご飯 マーボー豆腐 春雨中華和え 青菜と卵のスープ 果物	豆腐 豚肉 ささみ 卵 牛乳	米 麦 小麦 春雨 油 砂糖 さつまいも	人参 玉葱 椎茸 なら きゅうり パプリカ チンゲン菜 果物	牛乳 さつま芋蒸かステラ
5日	火	ごぼう飯 鮭の照り焼き 南瓜のごままぶし もずく酢 白菜のみそ汁 果物	鶏肉 キザミ揚げ 鮭 もずく チーズ 牛乳	米 かぼちゃ バター 小麦粉	ごぼう 人参 椎茸 ねぎ きゅうり 白菜 しめじ 果物	牛乳 チーズサブリ
6日	水	玄米ご飯 豚肉の味噌焼き ゴーヤーチャンプルー そうめん汁 果物	豚肉 豆腐 ツナ 卵 牛乳	米 玄米 そうめん HM 砂糖 油 バター	玉葱 ゴーヤー 人参 ねぎ 果物 果物缶	牛乳 パインケーキ
7日	木	チキンカレー ツナサラダ 青菜とえのきのスープ ヨーグルト和え	鶏肉 ツナ 卵 ヨーグルト 牛乳	米 麦 じゃがいも 小麦粉 ごま バター コーンフレーク 砂糖 油	人参 玉葱 なす セロリ トマト グリーンピース フロccoliー コーン 小松菜 えのき 果物	牛乳 ごまがし
8日	金	あわご飯 魚の甘酢あんかけ 千切りイリチー 冬瓜のみそ汁 果物	白身魚 昆布 豚肉 キザミ揚げ 牛乳	米 きび 食パン 小麦粉 片栗粉 油 砂糖	きぬさや 切干大根 こんにゃく しいたけ 冬瓜 かいわれ大根 果物	牛乳 フレンチトースト
9日	土	チャーハン ボイルウィンナー 鶏肉ときゅうりのごまあえ 春雨スープ 杏仁フルーツ	えび ウィンナー わかめ 鶏肉 牛乳	米 ごま 春雨 小麦粉 油 砂糖	玉葱 人参 ピーマン キュウリ パプリカ 椎茸 小松菜 杏仁豆腐 果物	牛乳 ちんびん
11日	月	麦ご飯 鶏肉のトマト煮 マッシュポテト キャベツのツナ和え きのこのみそ汁 果物	鶏肉 ツナ ひじき 牛乳	米 麦 小麦粉 バター HM 油 砂糖 じゃがいも	玉葱 トマト ピーマン キャベツ きゅうり えのき 椎茸 大根葉 果物	牛乳 くんぺん
12日	火	冷やし中華 魚の天ぷら フロccoliーの胡麻和え 中華スープ ヨーグルト和え	ささみ 卵 わかめ 白身魚 のり ヨーグルト 豆乳	中華麺 ごま 小麦粉 砂糖 油 米	きゅうり トマト フロccoliー えのき パプリカ 果物	豆乳 油みそおにぎり
13日	水	お弁当会 (お弁当のしみだね!)				牛乳 ジャムサンド
14日	木	しそご飯 レバーの香味揚げ ポテトサラダ 冬瓜とワカメのみそ汁 フルーツ	豚レバー 卵 豆腐 わかめ 牛乳	米 麦 片栗粉 小麦粉 じゃがいも マヨネーズ うむくじ 油 砂糖	フロccoliー 人参 きゅうり冬瓜 ねぎ 果物	牛乳 くずもち
15日	金	あわご飯 魚のピザ焼き クープイリチー へちまのみそ汁 果物	白身魚 チーズ おから 昆布 豚肉 卵 牛乳	米 きび バター 小麦粉 油 砂糖	ねぎ マッシュルーム 切干大根 人参 こんにゃく へちま レーズン 果物	牛乳 おからマドレーヌ
16日	土	黒米ご飯 さばのみそ焼き きゅうりの梅和え 南瓜のそぼろ煮 あおさ汁 果物	さば 花かつお 鶏肉 あおさ 豆腐 牛乳	米 黒米 かぼちゃ ココア 小麦粉 油 砂糖 牛乳	きゅうり 人参 インゲン	牛乳 ココア蒸しパン
18日	月	三色丼 切干大根のマヨネーズ和え ゆし豆腐 果物	鶏肉 卵 ツナ 豆腐 牛乳	米 麦 マヨネーズ ごま HM ジャム 砂糖 油	小松菜 切干大根 人参 きゅうり ねぎ 果物	牛乳 ジャムケーキ
19日	火	スパゲティミートソース 野菜サラダ キャベツのコンソメスープ 果物	合挽肉 レバー ベーコン おあげ 豆乳	スパゲティ麺 小麦粉 バター チーズ ごま 砂糖 油	玉葱 セロリ 人参 マッシュルーム ピーマン ほう れん草 トマト レタス フロccoliー パプリカ キャベツ 果物	豆乳 いなりずし
20日	水	はんだまご飯 きびなごカレー揚げ 冬瓜のそぼろ煮 豚汁 果物	きびなご 鶏肉 豆腐 豚肉 レバー 牛乳	米 小麦粉 片栗粉 じゃがいも HM バター 砂糖 油 チョコチップ	ハンダマ 冬瓜 玉葱 パプリカ 椎茸 インゲン 人参 ほうれん草 果物	牛乳 豆乳スコーン
21日	木	玄米ご飯 ひじき入豆腐ハンバーグ きんぴらごぼう キャベツスープ 果物	豆腐 合挽肉 ひじき 卵 わかめ 牛乳	米 玄米 ラード 小麦粉 パン粉 紅芋粉 油 砂糖	玉葱 ごぼう 人参 こんにゃく なら キャベツ 大根葉 果物	牛乳 紅芋ちんすこう
22日	金	あわご飯 白身魚マヨネーズ焼き キャベツソテー もずく卵スープ 果物	白身魚 ウィンナー もずく 卵 牛乳	米 もちきび バター マヨネーズ 南瓜 HM クリームチーズ 油 砂糖	玉葱 パプリカ ピーマン キャベツ 人参 ほうれん草 ねぎ 果物	牛乳 かぼちゃのクリーム チーズケーキ
25日	月	麦ご飯 さんまの揚げ煮 キャベツのおかか和え ひじき五目煮 トマト卵スープ 果物	さんま 花かつお ひじき 鶏肉 卵 牛乳	米 麦 小麦粉 きなこ バター 油 砂糖	キャベツ こんにゃく 人参 インゲン トマト パセリ 果物	牛乳 きなこクッキー
26日	火	野菜そば ほうれんそうの白和え さつま芋のごま煮 果物	豚肉 ツナ 鶏肉 ひじき 豆乳 豆腐	沖縄そば ごま さつま芋 油 砂糖	キャベツ 玉葱 人参 ピーマン ねぎ ほうれん草 椎茸 果物	豆乳 ジュシーおにぎり
27日	水	<お誕生日会> ケチャップライス ミートローフ 春雨 ごまマヨ和え クリームアップ 果物	鶏肉 合挽肉 卵 牛乳	米 小麦粉 パン 春雨 マヨネーズ じゃがいも 油 砂糖	玉葱 ピーマン キャベツ マッシュルーム 人参 きゅうり フロccoliー パプリカ コーン パセリ 果物	ジュース お誕生日ケーキ
28日	木	玄米ご飯 さばの照り焼き スティックキュウリ 切干大根煮 へちまのみそ汁 パイン缶	さば 鶏肉 豆腐 きざみ揚げ 卵 牛乳	米 玄米 ごま HM きなこ 砂糖 油	きゅうり 切干大根 人参 椎茸 へちま 果物缶	牛乳 ごまもちもちドーナ ツ
29日	金	あわご飯 鶏肉の梅マヨ焼き ゴーヤー入り麩チャンプルー じゃがいもみそ汁 果物	鶏肉 ツナ わかめ 牛乳 卵 フィッシュソー セージ	米 きび マヨネーズ 麩 じゃがいも 油 HM ココア 砂糖	ゴーヤー 玉葱 人参 小松菜 果物	牛乳 ミニアメリカンドック
30日	土	牛丼 きゅうりとしらすの梅和え 南瓜のみそ汁 果物	牛肉 しらす わかめ 花かつお 牛乳	米 南瓜 油 砂糖	玉葱 こんにゃく 人参 しいたけ ほうれん草 きゅうり 白菜 豆苗 果物	牛乳 クリームパン

☆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。



6月 離乳食献立表

<その1>



栄養士 : 比嘉 ゆりえ

月齢	5・6ヶ月頃 (開始後一ヶ月間)	7・8ヶ月	9・10・11ヶ月頃	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
固さ目安	トロトロ⇒パタパタ ヨーグルト状	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位 (荒みじん切り)	舌でつぶせる固さ 豆腐位(つぶつぶ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位 (荒みじん切り)
1	10倍粥 大根と人参のペースト すまし汁	全粥 ささみとキャベツつぶし煮 人参・大根つぶし煮 あおさすまし汁 果物	軟飯 ささみとキャベツやわらか煮 人参・大根やわらか煮 わかめすまし汁 果物	全粥 豆腐と青菜のつぶし煮 キャベツすまし汁	軟飯 豆腐と青菜のやわらか煮 キャベツすまし汁
金	(主な材料) 大根 人参 ささみ キャベツ あおさ わかめ 果物			(主な材料) 豆腐 青菜 キャベツ	
2	10倍粥 さつまいもと人参のペースト すまし汁	全粥 しらすとブロッコリーつぶし煮 さつまいもととまとつぶし煮 麩のみそ汁 果物	軟飯 しらすブロッコリーやわらか煮 さつまいも・トマトやわらか煮 すまし汁 果物	全粥 人参・ささみのつぶし煮 青菜のみそ汁	軟飯 人参・ささみのやわらか煮 青菜すまし汁
土	(主な材料) さつまいも 人参 しらす ブロッコリー トマト 麩 果物			(主な材料) 人参 ささみ 青菜	
4	10倍粥 豆腐・人参ペースト すまし汁	全粥 豆腐とキュウリつぶし煮 人参・じゃがいもつぶし煮 玉葱すまし汁 果物	軟飯 豆腐とキュウリのやわらか煮 かぼちゃやわらか煮 たまねぎすまし汁 果物	全粥 さつまいもとあおさのつぶし煮 すまし汁	軟飯 さつまいもわかめのやわらか煮 すまし汁
月	(主な材料) 豆腐 人参 きゅうり じゃがいも 玉葱 果物			(主な材料) さつまいも あおさ 麩	
5	10倍粥 白身魚と南瓜ペースト すまし汁	全粥 白身魚と人参つぶし煮 南瓜つぶし煮 豆腐すまし汁 果物	軟飯 白身魚とあおさのやわらか煮 かぼちゃやわらか煮 豆腐すまし汁 果物	全粥 人参・大根のつぶし煮 玉葱すまし汁	軟飯 人参・大根のやわらか煮 玉葱すまし汁
火	(主な材料) 白身魚 人参 南瓜 豆腐 あおさ 果物			(主な材料) 人参 大根 玉葱	
6	10倍粥 大根と青菜ペースト すまし汁	全粥 ささみと人参つぶし煮 青菜・大根つぶし煮 たくたくそうめん汁 果物	軟飯 豚肉と人参やわらか煮 青菜・大根やわらか煮 たくたくそうめん汁 果物	全粥 南瓜と玉葱のつぶし煮 あおさのみそ汁	軟飯 南瓜・玉葱のやわらか煮 わかめのみそ汁
水	(主な材料) 大根 青菜 ささみ 人参 大根 そうめん 豚肉 果物			(主な材料) かぼちゃ 玉葱 あおさ わかめ	
7	10倍粥 じゃがいも・とまとペースト すまし汁	全粥 じゃがいもとしらすつぶし煮 なす・ブロッコリーつぶし煮 トマトスープ パナナヨーグルト	軟飯 じゃが芋・しらすやわらか煮 なす・ブロッコリーやわらか煮 トマトスープ パナナヨーグルト	全粥 人参・玉葱のつぶし煮 青菜と豆腐のみそ汁	軟飯 人参と玉葱のやわらか煮 青菜と豆腐のみそ汁
木	(主な材料) じゃがいも とまと しらす なす ブロッコリー 果物 豆乳ヨーグルト			(主な材料) 人参 玉葱 青菜 豆腐	
8	10倍粥 冬瓜・南瓜ペースト すまし汁	全粥 冬瓜・人参つぶし煮 白身魚と南瓜つぶし煮 玉葱すまし汁 果物	軟飯 白身魚と南瓜やわらか煮 人参・冬瓜やわらか煮 玉葱すまし汁 果物	パン粥 豆腐とほうれん草のつぶし煮 あおさすまし汁	パン粥 豆腐とほうれん草やわらか煮 わかめすまし汁
金	(主な材料) 冬瓜 南瓜 人参 白身魚 玉葱 果物			(主な材料) パン 豆腐 ほうれん草 あおさ わかめ	
9	10倍粥 南瓜ペースト すまし汁	全粥 ささみと人参つぶし煮 ブロッコリー・玉葱つぶし煮 あおさみそ汁 果物	軟飯 鶏肉・人参やわらか煮 ブロッコリーしらすやわらか煮 わかめみそ汁 ヨーグルト	全粥 さつまいもときゅうりのつぶし煮 ほうれん草すまし汁	軟飯 さつまいもときゅうりのやわらか煮 ほうれん草すまし汁
土	(主な材料) 南瓜 ささみ 人参 ブロッコリー玉葱 あおさ 鶏肉 しらす わかめ 果物 豆乳ヨーグルト			(主な材料) さつまいも きゅうり ほうれん草	
11	10倍粥 じゃがいも・とまとペースト すまし汁	全粥 ささみとトマトつぶし煮 ブロッコリー・きゅうりつぶし煮 煮 まし汁 果物	軟飯 ささみとトマトやわらか煮 ブロッコリーキュウリやわらか煮 キャベツすまし汁 果物	全粥 人参・玉葱のつぶし煮 さつまいもみそ汁	軟飯 人参・玉葱のやわらか煮 さつまいもみそ汁
月	(主な材料) じゃがいも とまと ささみ とまと ブロッコリー きゅうり キャベツ 果物			(主な材料) 人参 玉葱 さつまいも	
12	10倍粥 南瓜ペースト すまし汁	全粥 うどんのくたくた煮 ブロッコリー・しらすつぶし煮 すまし汁 ヨーグルト和え	軟飯 うどんやわらか煮 ブロッコリー・しらすやわらか煮 すまし汁 ヨーグルト和え	全粥 南瓜とさつまいものつぶし煮 豆腐のみそ汁	軟飯 南瓜とさつまいものやわらか煮 豆腐のみそ汁
火	(主な材料) 南瓜 うどん ブロッコリー しらす 果物 豆乳ヨーグルト			(主な材料) かぼちゃ さつまいも 豆腐	
13	 お弁当会 			全粥 人参・あおさのつぶし煮 さつまいもすまし汁	軟飯 人参とわかめのやわらか煮 さつまいもすまし汁
水	(主な材料) 人参 あおさ さつまいも わかめ				
14	10倍粥 冬瓜・人参ペースト すまし汁	全粥 人参・しらすつぶし煮 冬瓜・あおさつぶし煮 豆腐すまし汁 果物	軟飯 人参としらすやわらか煮 冬瓜・わかめやわらか煮 豆腐すまし汁 果物	全粥 じゃがいもとほうれん草のつぶし煮 すまし汁	軟飯 じゃが芋ほうれん草のやわらか煮 すまし汁
木	(主な材料) 冬瓜 人参 しらす あおさ 豆腐 わかめ 果物			(主な材料) じゃがいも ほうれん草 麩	
15	10倍粥 大根・人参ペースト すまし汁	全粥 白身魚と南瓜つぶし煮 人参・大根つぶし煮 あおさすまし汁 果物	軟飯 白身魚と南瓜やわらか煮 人参・大根やわらか煮 わかめすまし汁 果物	全粥 豆腐と青菜のつぶし煮 大根のみそ汁	軟飯 豆腐と青菜のやわらか煮 へちまみそ汁
金	(主な材料) 大根 人参 白身魚 南瓜 あおさ わかめ 果物			(主な材料) 豆腐 青菜 大根 へちま	

※ 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 >

可愛保育園



栄養士 : 比嘉 ゆりえ

固さ目安	トロトロ⇒バタバタ	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)	豆腐位(つぶつぶ)	バナナ位(荒みじん切り)
16	10倍粥 南瓜・玉葱ペースト すまし汁	全粥 鮭と豆腐つぶし煮 南瓜・玉葱つぶし煮 あおさすまし汁 果物	軟飯 鮭と豆腐やわらか煮 南瓜・玉葱やわらか煮 わかめすまし汁 果物	全粥 さつまいも人参つぶし煮 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
土	(主な材料) 南瓜 玉葱 鮭 豆腐 玉葱 あおさ わかめ 果物			(主な材料) さつまいも 人参 そうめん	
18	10倍粥 大根・人参ペースト すまし汁	全粥 ささみときゅうりつぶし煮 人参・大根つぶし煮 ゆし豆腐 果物	軟飯 ささみときゅうりやわらか煮 人参・大根やわらか煮 ゆし豆腐汁 果物	全粥 南瓜・玉葱のつぶし煮 青菜みそ汁	軟飯 南瓜・玉葱のやわらか煮 青菜のみそ汁
月	(主な材料) 大根 人参 ささみ きゅうり 人参 大根 豆腐 果物			(主な材料) かぼちゃ 玉葱 青菜	
19	10倍粥 さつまいもペースト すまし汁	全粥 ささみとブロッコリーつぶし煮 トマト・キャベツつぶし煮 麩のみそ汁 果物	軟飯 ささみとブロッコリーやわらか煮 トマト・キャベツやわらか煮 麩のみそ汁 果物	野菜としらすのおじや 豆腐と青菜のすまし汁	野菜としらすのおじや 豆腐と青菜のすまし汁
火	(主な材料) さつまいも ささみ ブロッコリー トマト キャベツ 麩 果物			(主な材料) しらす 人参 かぼちゃ 青菜 豆腐	
20	10倍粥 じゃがいも・人参ペースト すまし汁	全粥 白身魚と冬瓜つぶし煮 人参・じゃがいもつぶし煮 青菜すまし汁 果物	軟飯 白身魚と冬瓜やわらか煮 人参・じゃがいもやわらか煮 青菜すまし汁 果物	全粥 豆腐と人参のつぶし煮 キャベツみそ汁	軟飯 豆腐と人参のやわらか煮 キャベツみそ汁
水	(主な材料) さつまいも 人参 白身魚 冬瓜 じゃがいも 青菜 果物			(主な材料) 豆腐 人参 キャベツ	
21	10倍粥 キャベツ・人参ペースト すまし汁	全粥 豆腐・あおさつぶし煮 人参・キャベツつぶし煮 玉葱すまし汁 果物	軟飯 豆腐とひじきやわらか煮 人参・キャベツやわらか煮 たまねぎすまし汁 果物	全粥 さつまいもと青菜のつぶし煮 麩のみそ汁	軟飯 さつまいもと青菜のやわらか煮 麩のみそ汁
木	(主な材料) キャベツ 人参 豆腐 あおさ ひじき 人参 キャベツ 玉葱 果物			(主な材料) さつまいも 青菜 麩	
22	10倍粥 南瓜・玉葱ペースト すまし汁	全粥 白身魚とほうれん草つぶし煮 南瓜・玉葱つぶし煮 みそ汁 果物	軟飯 白身魚ほうれん草やわらか煮 南瓜・玉葱やわらか煮 みそ汁 果物	全粥 人参と麩のつぶし煮 キャベツすまし汁	軟飯 人参と麩のやわらか煮 キャベツすまし汁
金	(主な材料) 南瓜 玉葱 白身魚 ほうれん草 果物			(主な材料) 人参 麩 キャベツ	
25	10倍粥 白身魚と南瓜ペースト すまし汁	全粥 しらす・南瓜つぶし煮 キャベツとトマトつぶし煮 豆腐すまし汁 果物	軟飯 しらす・南瓜やわらか煮 キャベツ・トマトやわらか煮 豆腐すまし汁 果物	全粥 さつまいも・人参のつぶし煮 あおさすまし汁	軟飯 さつまいも・人参のやわらか煮 わかめすまし汁
月	(主な材料) 白身魚 南瓜 しらす キャベツ トマト 豆腐 果物			(主な材料) さつまいも 人参 あおさ わかめ	
26	10倍粥 絹ごしペースト すまし汁	全粥 豆腐とほうれん草つぶし煮 人参・玉葱つぶし煮 とろろそば汁 さつまいも・りんご煮	軟飯 豆腐・ほうれん草やわらか煮 人参・玉葱やわらか煮 とろろそば汁 さつまいもとりんご煮	全粥 南瓜とあおさのつぶし煮 麩のみそ汁	軟飯 南瓜とわかめのやわらか煮 麩のみそ汁
火	(主な材料) 豆腐 ほうれん草 人参 玉葱 沖繩そば さつまいも 果物			(主な材料) 南瓜 あおさ 麩 わかめ	
27	10倍粥 じゃがいも・青菜ペースト すまし汁	全粥 ささみと人参つぶし煮 じゃがいも・青菜つぶし煮 キャベツすまし汁 果物	軟飯 ささみと人参やわらか煮 じゃがいも・青菜やわらか煮 キャベツすまし汁 果物	全粥 南瓜・豆腐のつぶし煮 玉葱みそ汁	軟飯 南瓜・豆腐のやわらか煮 玉葱のみそ汁
水	(主な材料) じゃがいも 青菜 ささみ 人参 キャベツ 果物			(主な材料) かぼちゃ 豆腐 玉葱	
28	10倍粥 豆腐・人参ペースト すまし汁	全粥 白身魚とじゃがいもつぶし煮 人参・大根つぶし煮 あおさすまし汁 果物	軟飯 白身魚のいんげんやわらか煮 人参・切り干し大根やわらか煮 わかめすまし汁 果物	パン粥 豆腐と南瓜のつぶし煮 さつまいもみそ汁	パン粥 豆腐と南瓜のやわらか煮 さつまいもみそ汁
木	(主な材料) 豆腐 人参 白身魚 じゃがいも 人参 大根 切干大根 あおさ わかめ 果物			(主な材料) パン 豆腐 南瓜 さつまいも	
29	10倍粥 じゃがいも・トマトペースト すまし汁	全粥 ささみとあおさつぶし煮 じゃがいも・トマトつぶし煮 みそ汁 果物	軟飯 ささみとわかめやわらか煮 じゃがいも・トマトやわらか煮 みそ汁 果物	全粥 ブロッコリーつぶし煮 豆腐すまし汁	軟飯 ブロッコリーのやわらか煮 豆腐のすまし汁
金	(主な材料) じゃがいも とまと ささみ あおさ じゃがいも トマト 果物			(主な材料) ブロッコリー 豆腐	
30	10倍粥 南瓜ペースト すまし汁	全粥 しらすとかぼちゃつぶし煮 人参つぶし煮 あおさすまし汁 果物	軟飯 しらす・かぼちゃやわらか煮 人参やわらか煮 すまし汁 果物	全粥 さつまいもと青菜のつぶし煮 キャベツすまし汁	軟飯 さつまいものやわらか煮 キャベツすまし汁
土	(主な材料) 南瓜 しらす 人参 あおさ 果物			(主な材料) さつまいも 青菜 キャベツ	

※ 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。