



令和2年  
6月



# 予定献立表



可愛保育園  
日清医療食品(株)

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	月	もずく丼 キャベツのツナ和え イナムル汁 果物	もずく 豚ミンチ 卵 ツナ 豚もも かまぼ こ 糸こんにゃく 牛 乳	米 押麦 砂糖 パター 小麦粉 チョコチップ	ピーマン パプリカ キャベツ きゅうり 人参 大根 ねぎ 果物	牛乳 チョコチップクッキー
2日	火	あわご飯 魚の甘酢あんかけ 果物 干切イリチー ジャが芋のみそ汁	メルルーサ きざみ昆 布 糸こんにゃく 豚 肩 わかめ 卵 牛乳	米 もちきび 小麦粉 片栗粉 油 砂糖 食パ ン パター	玉ねぎ 人参 きぬさや 切干大根 しい たけ ジャが芋 大根葉 果物	牛乳 フレンチトースト
3日	水	麦ご飯 豚肉のしょうが炒め マカロニサラダ 南瓜のみそ汁 果物	豚肩 卵 きざみ揚げ 牛乳	米 押麦 片栗粉 油 マカロニ マヨネーズ 砂糖 小麦粉 パ ター さつま芋 ごま	玉ねぎ 人参 ピーマン きゅうり かぼ ちゃ 長ねぎ 果物	牛乳 さつま芋のマフィン
4日	木	スパゲティミートソース 野菜サラダ 白菜のコンソメスープ 果物	牛豚ミンチ 豚レバー チーズ ウィンナー 油揚げ 牛乳	スパゲティ 油 小麦粉 バター 米 ごま	玉ねぎ セロリ 人参 マッシュルーム ピーマン トマト ブロッコリー カリフ ラワー パプリカ 白菜 ほうれん草 果 物	麦茶 いなりすし
5日	金	あわご飯 魚の西京焼き そめん汁 かぼちゃのごままぶし キャベツとウィンナーの炒め 果物	メルルーサ ウィン ナー 卵 牛乳	米 もちきび ごま 砂 糖 油 そめん 小麦 粉 パター	長ねぎ キャベツ ゴーヤ 人参 ねぎ 果物	牛乳 ブラウニー
6日	土	五目チャーハン チーズ ナムル 中華スープ 果物	鶏もも チーズ ちく わ 豆腐 牛乳	米 砂糖 油 ごま油 ごま 片栗粉	人参 玉ねぎ ピーマン しいたけ もや し きゅうり パプリカ 小松菜 コーン 果物	牛乳 ドームケーキ
8日	月	あわご飯 鶏肉の照り焼き 白菜の梅あえ 人参しりしり 冬瓜のみそ汁 果物	鶏もも 糸削り 卵 わかめ フィッシュ ソーセージ 牛乳	米 もちきび 砂糖 油 ホットケーキミックス	白菜 人参 玉ねぎ なら 冬瓜 ねぎ 果物	牛乳 アメリカンドック
9日	火	麦ご飯 魚のごまみそ漬焼 ほうれん草おほかか かみかみごぼう もずくスープ 果物	メルルーサ 糸削り もずく 豆腐 卵 ウ ィンナー	米 押麦 砂糖 ごま 油 片栗粉 小麦粉	ほうれん草 人参 ごぼう 貝割大根 キャベツ なら 果物	麦茶 野菜ヒラヤーチー
10日	水	お弁当会				牛乳 スイートポテト
11日	木	あわご飯 白身魚マヨネーズ焼き 筑前煮 かきたま汁 果物	メルルーサ 鶏もも 卵 牛乳	米 もちきび マヨネー ズ 砂糖 油 小麦粉 黒糖	玉ねぎ ピーマン パプリカ 大根 たけ のこ 人参 しいたけ きぬさや 小松菜 果物	牛乳 タンナファクルー
12日	金	麦ご飯 レバーフライ・甘だれ漬け ブロッコリー 切干大根のごま和え 白菜のクリームスープ 果物	豚レバー 卵 ちくわ ウィンナー 牛乳	米 押麦 小麦粉 パン 粉 油 砂糖 ごま 芋 くず きな粉	ブロッコリー 切干大根 人参 いんげん 白菜 コーン 果物	牛乳 紅芋くずもち
13日	土	牛丼 白菜の梅あえ 豆腐のみそ汁 果物	牛肩ロース 糸こんに ゃく ちくわ 糸削 り 豆腐 わかめ 牛 乳	米 砂糖	玉ねぎ 人参 しいたけ グリンピース 白菜 きゅうり 貝割大根 果物	牛乳 ココアワッフル
15日	月	玄米ご飯 さばの塩焼き 青菜のごまあえ きんぴらごぼう 里芋のみそ汁 果物	さば 糸こんにゃく 豚肩 きざみ揚げ 牛 乳	米 玄米 砂糖 ごま油 ごま さつま芋 油	小松菜 ごぼう 人参 なら 里芋 長ね ぎ 果物	牛乳 大学芋
16日	火	玄米ご飯 ツナとポテトのソテー ひじき入り豆腐ハンバーグ キャベツのみそ汁 果物	豆腐 鶏ミンチ 卵 ツナ ひじき クリー ムチーズ 牛乳 豆乳	米 玄米 小麦粉 パン 粉 油 パター 砂糖 ホットケーキミックス	玉ねぎ 人参 ジャが芋 ピーマン パプ リカ キャベツ しめじ かぼちゃ 果物	豆乳ココア 南瓜のチーズケーキ
17日	水	あわご飯 鶏肉のピザ焼き 豆腐ちゃんぶる〜 大根とわかめのみそ汁 果物	鶏もも チーズ 豆腐 ツナ わかめ 卵 牛 乳	米 もちきび 油 ホッ トケーキミックス パ ター 砂糖	玉ねぎ マッシュルーム ピーマン 人参 からし菜 大根 ねぎ 果物	牛乳 マーブルケーキ
18日	木	野菜そば ほうれんそうの白和え さつま芋のごま煮 果物	豚肩ロース 豆腐 ツ ナのり	沖繩そば ごま さつま 芋 砂糖 米 油味噌	キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン ほう れん草 果物	麦茶 油みそおにぎり
19日	金	たけのこご飯 鮭の照り焼き コールスロー もずく酢 じゃがいものみそ汁 果物	鶏もも きざみ揚げ 鮭 ヨーグルト もず く 卵 おから 牛乳	米 押麦 砂糖 油 マ ヨネーズ 小麦粉 パ ター	たけのこ 人参 ねぎ キャベツ コーン きゅうり ジャが芋 玉ねぎ ねぎ レー ズン 果物	牛乳 おからマドレーヌ
20日	土	タコライス ブロッコリーのごま和え 青菜のスープ パナナヨーグルト	牛豚ミンチ チーズ ささみ ひじき ヨー グルト 牛乳	米 押麦 砂糖	玉ねぎ レタス トマト ブロッコリー パプリカ 小松菜 えのき 果物	牛乳 原宿ドッグ
22日	月	麦ご飯 さばの蒲焼き風 ブロッコリー クープイリチー えのきと青菜のみそ汁 果物	さば 切昆布 糸こんに ゃく 豚肩 ツナ 牛乳	米 押麦 片栗粉 砂糖 油 食パン マヨネーズ	ブロッコリー 切干大根 人参 えのき 小松菜 パプリカ 玉ねぎ コーン 果物	牛乳 ツナマヨトースト
23日	火	慰霊の日				
24日	水	ケチャップライス チキンかつ ブロッコリー 春雨ごまあえ クリームスープ 果物	ウィンナー 鶏もも 卵 ツナ 牛乳	米 パン粉 油 春雨 ごま 砂糖	玉ねぎ ピーマン ブロッコリー 小松菜 パプリカ ジャが芋 マッシュルーム 果 物	ジュース ケーキ
25日	木	はんだまご飯 さばのタンドリー風 キュウリのおかか和え ポテトのそぼろ煮 豚汁 果物	さば ヨーグルト 糸削り 鶏 ミンチ 豚もも 豚レバー 粉 チーズ 牛乳 豆乳	米 押麦 油 砂糖 パ ター 小麦粉	ハンダマ きゅうり 冬瓜 人参 いんげ ん ごぼう 大根 長ねぎ 果物	豆乳ココア チーズサブシ
26日	金	麦ご飯 麻婆豆腐 白菜のツナあえ 青菜と卵のスープ 果物	豆腐 豚ミンチ ツナ 卵 牛乳	米 押麦 ごま油 砂糖 強力粉 黒糖 はちみつ	人参 玉ねぎ しいたけ たけのこ なら 白菜 きゅうり パプリカ 小松菜 レー ズン 果物	牛乳 黒糖アガラサー
27日	土	ビビンバ丼 春雨サラダ ゆし豆腐 果物	豚肩ロース ツナ ゆ し豆腐	米 砂糖 ごま油 ごま 春雨	もやし 小松菜 人参 きゅうり パプ リカ ねぎ 果物	
29日	月	黒米ご飯 白身魚のあんかけ ひじきの煮物 さつま汁 果物	メルルーサ ひじき 豚肩 大豆 きざみ揚 げ 卵 牛乳	米 黒米 油 片栗粉 さつま芋 豆乳 小麦粉 ホットケーキ ミックス パター 砂糖 黒糖 ごま	人参 いんげん 大根 ねぎ 果物	牛乳 くんぺん
30日	火	冷やし中華 南瓜サラダ 中華スープ 果物	ささみ 卵 わかめ チーズ 豆腐 鶏もも ひじき	中華麺 砂糖 ごま油 ごま マヨネーズ 片栗 粉 米	きゅうり もやし トマト かぼちゃ ジャが芋 長ねぎ しいたけ 人参 ねぎ 果物	麦茶 ジュースおにぎり



☆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>

可愛保育園

日清医療食品(株)

回食	1回食(午前)			2回食(午後)	
	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⇒パタパタ	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	10倍がゆ 大根と人参ペースト すまし汁	全粥 ささみとブロッコリーつぶし煮 大根と人参のつぶし煮 青菜すまし汁 果物	軟飯 ささみとブロッコリーやわ煮 大根と人参のやわ煮 青菜すまし汁 果物	全粥 かぼちゃキャベツのつぶし煮 麩のすまし汁	軟飯 かぼちゃキャベツのやわ煮 麩のすまし汁
月	(主な材料) 米 大根 人参 ささみ ブロッコリー ほうれん草 果物			(主な材料) 米 かぼちゃ キャベツ 麩	
2	10倍がゆ じゃが芋と青菜ペースト すまし汁	全粥 白身魚とかぼちゃのつぶし煮 じゃが芋と人参つぶし煮 玉ねぎすまし汁 果物	軟飯 白身魚とかぼちゃのやわ煮 じゃが芋と人参のやわ煮 玉ねぎすまし汁 果物	全粥 豆腐とほうれん草のつぶし煮 さつま芋すまし汁	軟飯 豆腐とほうれん草のやわ煮 さつま芋みそ汁
火	(主な材料) 米 じゃが芋 ほうれん草 たら かぼちゃ 人参 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 豆腐 ほうれん草 さつま芋	
3	10倍がゆ ささみペースト すまし汁	全粥 豆腐としらすのつぶし煮 かぼちゃのつぶし煮 玉ねぎすまし汁 果物	軟飯 豆腐としらすのやわ煮 かぼちゃのつぶし煮 玉ねぎすまし汁 果物	全粥 さつま芋のつぶし煮 野菜のすまし汁	軟飯 さつま芋のやわ煮 野菜のみそ汁
水	(主な材料) 米 ささみ 豆腐 しらす かぼちゃ 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 さつま芋 ほうれん草	
4	10倍がゆ さつま芋とトマトペースト すまし汁	全粥 ささみとブロッコリーつぶし煮 トマトと白菜のつぶし煮 麩のすまし汁 果物	軟飯 ささみとブロッコリーつぶし煮 トマトと白菜のやわ煮 麩のみそ汁 果物	全粥 人参豆腐つぶし煮 青菜すまし汁	軟飯 人参豆腐やわ煮 青菜すまし汁
木	(主な材料) 米 さつま芋 トマト ささみ ブロッコリー 白菜 麩 果物			(主な材料) 米 人参 豆腐 ほうれん草	
5	10倍がゆ かぼちゃペースト すまし汁	全粥 白身魚と人参つぶし煮 かぼちゃつぶし煮 キャベツのすまし汁 果物	軟飯 白身魚と人参つぶし煮 かぼちゃつぶし煮 キャベツのすまし汁 果物	全粥 じゃが芋つぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 じゃが芋とわかめやわ煮 玉ねぎのみそ汁
金	(主な材料) 米 かぼちゃ たら 人参 キャベツ 果物			(主な材料) 米 じゃが芋 玉ねぎ わかめ	
6	10倍がゆ 大根と人参ペースト すまし汁	全粥 豆腐とブロッコリーのつぶし煮 大根と人参のつぶし煮 青菜のすまし汁 果物	軟飯 豆腐とブロッコリーのやわ煮 大根と人参のやわ煮 青菜のみそ汁 果物	全粥 さつま芋と冬瓜のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 さつま芋と冬瓜のやわ煮 玉ねぎのすまし汁
土	(主な材料) 米 大根 人参 豆腐 ブロッコリー 小松菜 果物			(主な材料) 米 さつま芋 冬瓜 玉ねぎ	
8	10倍がゆ じゃが芋とトマトペースト すまし汁	全粥 ささみと青菜つぶし煮 じゃが芋とトマトのつぶし煮 冬瓜のすまし汁 果物	軟飯 ささみと青菜やわ煮 じゃが芋とトマトのやわ煮 冬瓜のすまし汁 果物	全粥 麩と人参つぶし煮 豆腐のすまし汁	軟飯 麩と人参やわ煮 豆腐のみそ汁
月	(主な材料) 米 じゃが芋 トマト ささみ ほうれん草 冬瓜 果物			(主な材料) 米 麩 人参 豆腐	
9	10倍がゆ かぼちゃと玉ねぎペースト すまし汁	全粥 鮭のつぶし煮 かぼちゃ玉ねぎのつぶし煮 青菜すまし汁 果物	軟飯 鮭のやわ煮 かぼちゃ玉ねぎのやわ煮 青菜すまし汁 果物	全粥 さつま芋人参つぶし煮 キャベツのすまし汁	軟飯 さつま芋やわ煮 キャベツのみそ汁
火	(主な材料) 米 かぼちゃ 玉ねぎ 鮭 ほうれん草 果物			(主な材料) 米 さつま芋 人参 キャベツ	
10	お弁当			全粥 かぼちゃとじゃが芋のつぶし煮 豆腐みそ汁	軟飯 かぼちゃとじゃが芋のやわ煮 豆腐みそ汁
水				(主な材料) 米 かぼちゃ じゃが芋 豆腐	
11	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のつぶし煮 大根人参のつぶし煮 豆腐すまし汁 果物	軟飯 白身魚とほうれん草のやわ煮 大根人参のやわ煮 豆腐すまし汁 果物	全粥 じゃが芋つぶし煮 冬瓜のすまし汁	軟飯 じゃが芋やわ煮 冬瓜のみそ汁
木	(主な材料) 米 大根 人参 メルルーサ ほうれん草 豆腐 果物			(主な材料) 米 じゃが芋 ブロッコリー 冬瓜	
12	10倍がゆ 冬瓜と人参ペースト すまし汁	全粥 かぼちゃとしらすつぶし煮 冬瓜人参つぶし煮 青菜すまし汁 果物	軟飯 かぼちゃとしらす柔らか煮 冬瓜人参やわ煮 青菜すまし汁 果物	全粥 麩とブロッコリーのつぶし煮 豆腐のすまし汁	軟飯 麩とブロッコリーのやわ煮 豆腐のみそ汁
金	(主な材料) 米 冬瓜 人参 かぼちゃ しらす ほうれん草 果物			(主な材料) 米 麩 ブロッコリー 豆腐	
13	10倍がゆ かぼちゃペースト すまし汁	全粥 しらすとかぼちゃのつぶし煮 人参のつぶし煮 白菜すまし汁 果物	軟飯 しらすとかぼちゃのやわ煮 人参のやわ煮 白菜すまし汁 果物	全粥 さつま芋と青菜のつぶし煮 キャベツすまし汁	軟飯 さつま芋と青菜のつぶし煮 キャベツすまし汁
土	(主な材料) 米 かぼちゃ しらす 人参 玉ねぎ 白菜 果物			(主な材料) 米 さつま芋 ほうれん草 キャベツ	
15	10倍がゆ じゃが芋と人参ペースト すまし汁	全粥 白身魚のつぶし煮 じゃが芋と人参つぶし煮 青菜すまし汁 果物	軟飯 白身魚のやわ煮 じゃが芋と人参やわ煮 青菜すまし汁 果物	全粥 豆腐とかぼちゃのつぶし煮 さつま芋のすまし汁	軟飯 豆腐とかぼちゃのやわ煮 さつま芋のみそ汁
月	(主な材料) 米 じゃが芋 人参 たら ブロッコリー 小松菜 果物			(主な材料) 米 豆腐 かぼちゃ さつま芋	

※ 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。





# 6月

# 離乳食献立表



〈その2〉

可愛保育園

回食 月齢	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
	5・6ヶ月頃 (開始後一ヶ月頃)	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	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	10倍がゆ じゃが芋としらすペースト すまし汁	全粥 果物 豆腐としらすのつぶし煮 じゃが芋とブロッコリーつ ぶし煮 玉ねぎすまし汁	軟飯 果物 豆腐としらすのやわ煮 じゃが芋とブロッコリーや わ煮 玉ねぎすまし汁	全粥 かぼちゃつぶし煮 青菜のすまし汁	軟飯 かぼちゃやわ煮 青菜のみそ汁
火	(主な材料) 米 じゃが芋 しらす 豆腐 人参 ブロッコリー 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 かぼちゃ 麩 ほうれん草	
17	10倍がゆ じゃが芋とトマトペースト すまし汁	全粥 ささみとブロッコリーつぶ し煮 大根人参のつぶし煮 キャベツのすまし汁 果物	軟飯 ささみとブロッコリーやわ 煮 大根人参のやわ煮 キャベツのみそ汁 果物	全粥 トマトと豆腐のつぶし煮 青菜のすまし汁	軟飯 トマトと豆腐のやわ煮 青菜のすまし汁
水	(主な材料) 米 じゃが芋 トマト ささみ ブロッコリー キャベツ 果物			(主な材料) 米 トマト 豆腐 ほうれん草	
18	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全粥 豆腐とほうれん煮 人参と 芋のつぶし煮 キャベツの すまし汁 果物	軟飯 豆腐とほうれん煮 人参と 芋のやわ煮 キャベツのす まし汁 果物	全粥 かぼちゃ玉ねぎつぶし煮 麩のすまし汁	軟飯 かぼちゃ玉ねぎやわ煮 麩のみそ汁
木	(主な材料) 米 豆腐 ほうれん草 人参 さつま芋 キャベツ 果物			(主な材料) 米 かぼちゃ 玉ねぎ 麩	
19	10倍がゆ じゃが芋とかぼちゃペー スト すまし汁	全粥 鮭と大根のつぶし煮 ポテ トかぼちゃのつぶし煮 豆 腐すまし汁 果物	軟飯 鮭と大根のやわ煮 ポテト かぼちゃのやわ煮 豆腐す まし汁 果物	全粥 人参キャベツのつぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 人参キャベツのやわ煮 玉ねぎのすまし汁
金	(主な材料) 米 じゃが芋 かぼちゃ 鮭 大根 豆腐 果物			(主な材料) 米 人参 キャベツ 玉ねぎ	
20	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全粥 豆腐つぶし煮 人参つぶし 煮 さつま芋すまし汁 バナナヨーグルト	軟飯 豆腐やわ煮 人参やわ煮 さつま芋すまし汁 バナナヨーグルト	全粥 しらすとかぼちゃつぶし煮 玉ねぎすまし汁	軟飯 しらすとかぼちゃやわ煮 玉ねぎのみそ汁
土	(主な材料) 米 豆腐 人参 さつま芋 果物 ヨーグルト			(主な材料) 米 しらす かぼちゃ 玉ねぎ	
22	10倍がゆ じゃが芋とトマトペースト すまし汁	全粥 果物 白身魚とトマトのつぶし煮 じゃが芋ブロッコリーつぶ し煮 キャベツのすまし汁	軟飯 果物 白身魚とトマトのやわ煮 じゃが芋ブロッコリーやわ 煮 キャベツのすまし汁	全粥 豆腐と人参のつぶし煮 冬瓜のすまし汁	軟飯 豆腐と人参のやわ煮 冬瓜のすまし汁
月	(主な材料) 米 じゃが芋 トマト たら ブロッコリー キャベツ 果物			(主な材料) 米 豆腐 人参 冬瓜	
23	慰霊の日				
24	10倍がゆ じゃが芋と青菜ペースト すまし汁	全粥 ささみ人参つぶし煮 じゃが芋と青菜つぶし煮 キャベツすまし汁 果物	軟飯 ささみ人参やわ煮 じゃが芋と青菜やわ煮 キャベツすまし汁 果物	全粥 豆腐のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 豆腐のやわ煮 玉ねぎのみそ汁
水	(主な材料) 米 じゃが芋 ほうれん草 ささみ 人参 キャベツ 果物			(主な材料) 米 豆腐 ブロッコリー 玉ねぎ	
25	10倍がゆ じゃが芋と人参ペースト すまし汁	全粥 白身魚と冬瓜つぶし煮 じゃが芋人参つぶし煮 青菜すまし汁 果物	軟飯 白身魚と冬瓜やわ煮 じゃが芋人参やわ煮 青菜すまし汁 果物	全粥 トマトと豆腐のつぶし煮 キャベツすまし汁	軟飯 トマトと豆腐のやわ煮 キャベツのみそ汁
木	(主な材料) 米 じゃが芋 人参 たら 冬瓜 ほうれん草 果物			(主な材料) 米 トマト 豆腐 キャベツ	
26	10倍がゆ 豆腐と人参ペースト すまし汁	全粥 豆腐と青菜のつぶし煮 人 参とじゃが芋のつぶし煮 玉ねぎすまし汁 果物	軟飯 豆腐と青菜のやわ煮 人参 とじゃが芋のやわ煮 玉ね ぎすまし汁 果物	全粥 さつま芋とわかめつぶし煮 麩のすまし汁	軟飯 さつま芋とわかめやわ煮 麩のすまし汁
金	(主な材料) 米 豆腐 人参 小松菜 じゃが芋 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 さつま芋 わかめ 麩 ほうれん草	
27	10倍がゆ 大根と人参ペースト すまし汁	全粥 豆腐のそぼろ煮 大根と人参のつぶし煮 玉ねぎすまし汁 果物	軟飯 豆腐のそぼろ煮 大根と人参のやわ煮 玉ねぎすまし汁 果物		
土	(主な材料) 米 大根 人参 豆腐 ささみ 玉ねぎ 果物				
29	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全粥 白身魚のトマトあんかけ 大根のつぶし煮 玉ねぎすまし汁 果物	軟飯 白身魚のトマトあんかけ 大根のやわ煮 玉ねぎすまし汁 果物	全粥 さつま芋と青菜のつぶし煮 おつゆ麩のすまし汁	軟飯 さつま芋と青菜のやわ煮 おつゆ麩のみそ汁
月	(主な材料) 米 豆腐 たら トマト 大根 ブロッコリー 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 さつま芋 ほうれん草 麩	
30	10倍がゆ じゃが芋とトマトペースト すまし汁	全粥 魚のつぶし煮 トマトとじゃが芋のつぶし 煮 青菜すまし汁 果物	軟飯 魚のやわ煮 トマトとじゃが芋のやわ煮 青菜すまし汁 果物	全粥 野菜おじや さつま芋すまし汁	軟飯 野菜おじや じゃが芋のみそ汁
火	(主な材料) 米 じゃが芋 トマト 鮭 ブロッコリー 小松菜 果物			(主な材料) 米 かぼちゃ 玉ねぎ さつま芋 じゃが芋	



※ 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。

