



令和2年

8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> 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 | 土 | タコライス 南瓜サラダ 春雨スープ 果物 | 牛豚ミンチ 牛乳 | 米 押麦 マヨネーズ 春雨 ごま 油 | 玉ねぎ レタス トマト かぼちゃ じゃが芋 小松菜 白ねぎ 果物 | 牛乳 マドレーヌ | |
| 3日 | 月 | もずく丼 キャベツのツナあえ 里芋のみそ汁 果物 | もずく 豚ミンチ 卵 ツナ わかめ ヨーグルト 牛乳 | 米 押麦 砂糖 油 ホット ケーキミックス パター | ピーマン パプリカ キャベツ 人参 里芋 し めじ 果物 | 牛乳 ヨーグルトケーキ | |
| 4日 | 火 | あわご飯 鶏肉の梅マヨ焼き ブロッコリー 千切りリチー 玉ねぎのみそ汁 果物 | 鶏もも こんにゃく 豚も も 豆腐 チーズ 豆乳 | 米 もちきび マヨネーズ 油 パター 砂糖 小麦粉 | 大葉 ブロッコリー 切干大根 人参 しいたけ 玉ねぎ ほうれん草 果物 | 豆乳ココア チーズサブレ | |
| 5日 | 水 | 玄米ご飯 さばのカレー揚げ 厚揚げと冬瓜の五目煮 青菜のみそ汁 果物 | さば 厚揚げ 鶏小間 卵 牛乳 | 米 玄米 片栗粉 油 砂糖 ごま油 食パン パ ター | 冬瓜 人参 いんげん 小松菜 えのき 白ねぎ 果物 | 牛乳 フレンチトースト | |
| 6日 | 木 | 麦ご飯 焼肉 マカロニサラダ きのこスープ 果物 | 牛肩 卵 ツナ 牛乳 | 米 押麦 片栗粉 ごま油 マカロニ マヨネーズ 砂糖 さつま芋 ごま | 玉ねぎ キャベツ 人参 ピーマン きゅうり しめじ しいたけ 貝割大根 果物 | 牛乳 大学芋 | |
| 7日 | 金 | ごぼう飯 鮭のもみじ焼き ひじきの煮物 かき玉汁 果物 | 鶏もも きざみ揚げ さけ ひじき 豚もも 大豆 卵 牛乳 | 米 マヨネーズ 油 砂糖 ホットケーキミックス パ ター | ごぼう 人参 しいたけ ねぎ いんげん 大根 葉 果物 | 牛乳 バナナマフィン | |
| 8日 | 土 | ドライカレー ポイルウインナー ブロッコリーサラダ 青菜とコーンのスープ 果物 | 牛豚ミンチ 豚レバー 大 豆 さつま揚げ 豆腐 ウ インナー 牛乳 | 米 押麦 油 マヨネーズ 砂糖 | 玉ねぎ パプリカ マッシュルーム レーズン ブロッコリー カリフラワー ほうれん草 コ ーン 果物 | 牛乳 ココアワッフル | |
| 10日 | 月 | 山の日 | | | | | |
| 11日 | 火 | ジャージャー麺 中華わかめスープ 小松菜とじゃこの和え物 果物 | 豚ミンチ しらす 卵 糸 削り 豆腐 わかめ | 中華麺 片栗粉 ごま油 ごま 米 | たけのこ しいたけ 長ねぎ きゅうり トマト 小松菜 人参 果物 | 麦茶 菜めしふりかけおにぎり | |
| 12日 | 水 | お弁当会 | | | | | アイスクリーム ウエハース |
| 13日 | 木 | 黒米ご飯 じゃー入りオムレツ ひじきごま和え 豚汁 果物 | 卵 ウインナー チーズ ひじき ツナ 豚もも 豚 レバー 牛乳 | 米 黒米 砂糖 ごま 小 麦粉 ホットケーキミク ス パター | ゴーヤー 玉ねぎ 人参 切干大根 パプリカ ごぼう 大根 長ねぎ 果物 | 牛乳 人参マドレーヌ | |
| 14日 | 金 | 玄米ご飯 レバーフライ・甘だれ漬け かぼちゃ煮 豆腐チャンプルー 大根のみそ汁 果物 | 豚レバー 豆腐 ツナ 卵 牛乳 | 米 玄米 小麦粉 パン粉 油 砂糖 ホットケー キ ミックス パター ココア | かぼちゃ キャベツ 人参 大根 えのき 大根 葉 果物 | 牛乳 マーブルケーキ | |
| 15日 | 土 | 麻婆丼 春雨中華あえ 中華コーンスープ 果物 | 豆腐 豚ミンチ ツナ 卵 牛乳 | 米 押麦 ごま油 砂糖 片栗粉 春雨 | しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ なら きゅ うり パプリカ コーン 果物 | 牛乳 ドームケーキ | |
| 17日 | 月 | あわご飯 鶏肉の照り焼き オクラのおかか和え 果物 パパイヤリチー じゃが芋のみそ汁 | 鶏もも 糸削り 豚もも わかめ 卵 牛乳 | 米 もちきび 砂糖 油 小麦粉 パター つぶあん | オクラ パパイア 人参 ピーマン じゃが芋 しめじ 果物 | 牛乳 小倉スコーン | |
| 18日 | 火 | 沖縄そば 青菜の納豆あえ さつま芋のごま煮 果物 | 豚バラ かまぼこ 納豆 のり 鶏ミンチ | 沖縄そば 砂糖 さつま芋 ごま 米 押麦 | ねぎ 小松菜 人参 しいたけ 果物 | 麦茶 鶏そぼろおにぎり | |
| 19日 | 水 | あわご飯 さばのみそ煮 赤うり梅あえ もずくのすまし汁 じゃが芋ときのこのソテー 果物 | さば ウインナー もずく 牛乳 | 米 もちきび 砂糖 油 ホットケーキミックス パ ター | 赤うり じゃが芋 玉ねぎ 人参 ピーマン し めじ みつば 果物 | 牛乳 ココアクッキー | |
| 20日 | 木 | 麦ご飯 鶏肉のパン粉焼き いんげんごま和え クープイリチー キャベツと厚揚げのみそ汁 果物 | 鶏もも チーズ 刻み昆布 こんにゃく 豚もも 絹厚 揚げ 牛乳 | 米 押麦 パン粉 油 ご ま 砂糖 ラード 小麦粉 | いんげん 人参 しいたけ キャベツ ねぎ 果 物 | 牛乳 まちゃんすこう | |
| 21日 | 金 | あわご飯 魚タルタルソース焼き ブロッコリー きんぴらごぼう もずくのみそ汁 果物 | メルルーサ 卵 豚ロース こんにゃく もずく ツナ | 米 もちきび マヨネーズ ごま油 ごま 小麦粉 油 | 玉ねぎ パプリカ ブロッコリー ごぼう 人参 いんげん えのき 大根葉 キャベツ ほうれ ん草 果物 | 麦茶 野菜ヒラヤーチ | |
| 22日 | 土 | 中華丼 ナムル ゆし豆腐 果物 | 豚ロース ちくわ ゆし豆 腐 牛乳 | 米 押麦 油 片栗粉 ご ま油 ごま 砂糖 | 白菜 人参 チンゲン菜 しいたけ もやし 小 松菜 パプリカ ねぎ 果物 | 牛乳 原宿ドッグ | |
| 24日 | 月 | 麦ご飯 さばの蒲焼き風 ブロッコリー 切干大根のごま和え えのきと青菜のみそ汁 果物 | さば 刻み昆布 糸こんにゃ く 豚肩 ツナ ちくわ 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 いんげん 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 | |
| 25日 | 火 | あわご飯 ひじき入り豆腐ハンバーグ 粉ふき芋 じゃー入り麩チャンプルー わかめスープ 果物 | 豆腐 鶏豚ミンチ ひじき 卵 青のり 車麩 ウィ ナー わかめ 牛乳 | 米 もちきび 小麦粉 パ ン粉 パター ホットケー キミックス 黒糖 ごま | 玉ねぎ 人参 じゃが芋 ゴーヤー えのき 貝 割大根 果物 | 牛乳 くんぺん | |
| 26日 | 水 | カレーピラフ 鶏のから揚げ コールスロー ミネストローネ ブロッコリーの ごま和え 果物 | ツナ 鶏もも 卵 ちくわ ウインナー | 米 油 小麦粉 砂糖 マ ヨネーズ ごま マカロニ | 玉ねぎ ピーマン パプリカ キャベツ ブロッ コリー 人参 かぼちゃ トマト 果物 | ジュース 誕生日ケーキ | |
| 27日 | 木 | 麦ご飯 豚肉のしょうが焼き キャベツのおかかあえ ポテトサラダ へちまのみそ汁 果物 | 豚ロース 糸削り ツナ 卵 豆腐 | 米 押麦 片栗粉 油 マ ヨネーズ パター 砂糖 小麦粉 | 玉ねぎ キャベツ じゃが芋 きゅうり 人参 へちま 果物 | 豆乳ココア ショートブレッド | |
| 28日 | 金 | はんだまご飯 魚の甘酢あんかけ なすのみそ炒め さつま汁 果物 | たら 豆腐 ツナ きざみ 揚げ きな粉 牛乳 | 米 油 砂糖 片栗粉 さ つま芋 黒糖 いもくず | ハンダマ 玉ねぎ パプリカ えのき グリン ピース なす 人参 ピーマン 大根 ねぎ 果 物 | 牛乳 くずもち | |
| 29日 | 土 | 焼き豚チャーハン チーズ 棒々鶏風サラダ チンゲン菜のスープ 杏仁フルーツ | 豚ロース ささみ 卵 チーズ 牛乳 | 米 油 杏仁フルーツ | 人参 玉ねぎ ピーマン キャベツ きゅうり コーン 長ねぎ チンゲン菜 しいたけ 果物 | 牛乳 パウムクーヘン | |
| 31日 | 月 | じゅ〜しいご飯 魚のごまみそ漬焼 人参しりしり キャベツとわかめのみそ汁 果物 | 豚ミンチ ひじき さわら 卵 わかめ きな粉 牛乳 | 米 砂糖 ごま 油 コッ パパン | 人参 しいたけ ねぎ 玉ねぎ なら キャベツ 大根葉 果物 | 牛乳 揚げぱん | |



☆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。





令和2年

8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) | |
|-------|--|---|---|------------------------------------|-----------------------------------|
| 月齢 | 5・6ヶ月頃(開始後一ヶ月) | 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 かぼちゃペースト すまし汁 | 全粥 ささみと玉ねぎのつぶし煮 かぼちゃのつぶし煮 春雨スープ 果物 | 軟飯 ささみと玉ねぎのやわ煮 かぼちゃのやわ煮 春雨スープ 果物 | 全粥 豆腐とトマトのつぶし煮 青菜のすまし汁 | 軟飯 豆腐とトマトのやわ煮 青菜のみそ汁 |
| 土 | (主な材料) 米 かぼちゃ ささみ 玉ねぎ 春雨 果物 | | | (主な材料) 米 豆腐 トマト 小松菜 | |
| 3 | 10倍がゆ 人参ペースト すまし汁 | 全粥 果物 ささみと人参のつぶし煮 キャベツとほうれん草のつぶし煮 わかめのすまし汁 | 軟飯 果物 ささみと人参のやわ煮 キャベツとほうれん草のやわ煮 わかめのすまし汁 | もずく粥 さつまいもと玉ねぎのつぶし煮 麩のすまし汁 | もずく粥 さつまいもと玉ねぎのやわ煮 麩のみそ汁 |
| 月 | (主な材料) 米 人参 ささみ キャベツ ほうれん草 わかめ 果物 | | | (主な材料) 米 もずく さつまいも 玉ねぎ 麩 | |
| 4 | 10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁 | 全粥 果物 豆腐とほうれん草のつぶし煮 切干大根と人参のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁 | 軟飯 豆腐とほうれん草のやわ煮 切干大根と人参のやわ煮 玉ねぎのみそ汁 果物 | 全粥 ささみとブロッコリーのつぶし煮 かぼちゃのすまし汁 | 軟飯 ささみとブロッコリーのやわ煮 かぼちゃのすまし汁 |
| 火 | (主な材料) 米 豆腐 ほうれん草 切干大根 人参 玉ねぎ 果物 | | | (主な材料) 米 ささみ ブロッコリー かぼちゃ | |
| 5 | 11倍がゆ 魚とトマトペースト すまし汁 | 全粥 魚のトマトあんかけ 冬瓜といんげんのつぶし煮 青菜のすまし汁 果物 | 軟飯 魚のトマトあんかけ 冬瓜といんげんのやわ煮 青菜のみそ汁 果物 | 全粥 豆腐ときゅうりのつぶし煮 人参のすまし汁 | 軟飯 豆腐ときゅうりのやわ煮 人参のすまし汁 |
| 水 | (主な材料) 米 たら トマト たら 冬瓜 いんげん 小松菜 果物 | | | (主な材料) 米 豆腐 きゅうり 人参 | |
| 6 | 10倍がゆ さつまいもペースト すまし汁 | 全粥 ささみと玉ねぎのつぶし煮 ブロッコリーのつぶし煮 キャベツのすまし汁 果物 | 軟飯 ささみと玉ねぎのやわ煮 ブロッコリーのやわ煮 キャベツのすまし汁 果物 | 全粥 さつまいもとマカロニのつぶし煮 麩のすまし汁 | 軟飯 さつまいもとマカロニのやわ煮 麩のみそ汁 |
| 木 | (主な材料) 米 さつまいも ささみ 玉ねぎ ブロッコリー 人参 キャベツ 果物 | | | (主な材料) 米 さつまいも マカロニ 麩 | |
| 7 | 10倍がゆ 冬瓜と青菜ペースト すまし汁 | 全粥 鮭と玉ねぎのつぶし煮 冬瓜と青菜のつぶし煮 豆腐すまし汁 果物 | 軟飯 鮭と玉ねぎのやわ煮 冬瓜と青菜のやわ煮 豆腐すまし汁 果物 | 全粥 人参とひじきのつぶし煮 さつまいもすまし汁 | 軟飯 人参とひじきのやわ煮 さつまいものみそ汁 |
| 金 | (主な材料) 米 冬瓜 ほうれん草 鮭 玉ねぎ 豆腐 果物 | | | (主な材料) 米 人参 ひじき さつまいも | |
| 8 | 10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁 | 全粥 ささみと玉ねぎのつぶし煮 ブロッコリーのつぶし煮 青菜のすまし汁 果物 | 軟飯 ささみと玉ねぎのやわ煮 ブロッコリーのやわ煮 青菜のすまし汁 果物 | 全粥 さつまいものつぶし煮 豆腐のすまし汁 | 軟飯 さつまいものやわ煮 豆腐のみそ汁 |
| 土 | (主な材料) 米 豆腐 ささみ 玉ねぎ ブロッコリー 麩 ほうれん草 果物 | | | (主な材料) 米 さつまいも 豆腐 | |
| 10月 | <h2 style="margin: 0;">山の日</h2> | | | | |
| 11 | 10倍がゆ 人参としらすペースト すまし汁 | 全粥 人参としらすのつぶし煮 豆腐のつぶし煮 わかめのすまし汁 果物 | 軟飯 人参としらすのやわ煮 豆腐のやわ煮 わかめのみそ汁 果物 | おじや かぼちゃのつぶし煮 | おじや かぼちゃのやわ煮 |
| 火 | (主な材料) 米 人参 しらす 豆腐 わかめ 果物 | | | (主な材料) 米 ささみ 小松菜 かぼちゃ | |
| 12月 | <h2 style="margin: 0;">お弁当会</h2> | | | 全粥 かぼちゃと豆腐のつぶし煮 麩のみそ汁 | 軟飯 かぼちゃと豆腐のやわ煮 麩のみそ汁 |
| 水 | (主な材料) 米 豆腐 かぼちゃ 麩 | | | | |
| 13 | 10倍がゆ 豆腐と人参ペースト すまし汁 | 全粥 豆腐と人参のつぶし煮 大根とひじきのつぶし煮 玉ねぎのすまし汁 果物 | 軟飯 豆腐と人参のやわ煮 大根とひじきのやわ煮 玉ねぎのすまし汁 果物 | 全粥 かぼちゃのつぶし煮 麩のすまし汁 | 軟飯 かぼちゃのやわ煮 麩のみそ汁 |
| 木 | (主な材料) 米 豆腐 人参 大根 ひじき 玉ねぎ 果物 | | | (主な材料) 米 かぼちゃ 麩 | |
| 14 | 10倍がゆ 大根ペースト すまし汁 | 全粥 果物 ささみとかぼちゃのつぶし煮 キャベツと青菜のつぶし煮 大根のすまし汁 | 軟飯 レバーとかぼちゃのやわ煮 キャベツと青菜のやわ煮 大根のみそ汁 果物 | 全粥 人参とブロッコリーのつぶし煮 わかめのすまし汁 | 軟飯 人参とブロッコリーのやわ煮 わかめのすまし汁 |
| 金 | (主な材料) 米 大根 ささみ かぼちゃ レバー キャベツ | | | (主な材料) 米 人参 ブロッコリー わかめ | |
| 15 | 10倍がゆ さつまいもペースト すまし汁 | 全粥 豆腐と人参のつぶし煮 きゅうりと玉ねぎのつぶし煮 春雨のすまし汁 果物 | 軟飯 豆腐と人参のつぶし煮 きゅうりと玉ねぎのつぶし煮 春雨のすまし汁 果物 | 全粥 さつまいものつぶし煮 青菜のすまし汁 | 軟飯 さつまいものつぶし煮 青菜のみそ汁 |
| 土 | (主な材料) 米 さつまいも 豆腐 人参 きゅうり 玉ねぎ 春雨 果物 | | | (主な材料) 米 さつまいも 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



| 回食 月齢 固さの 目安 | 1回食 (午前) | | | 2回食 (午後) | |
|-----------------------|---|--|--|--|-----------------------------------|
| | 5・6ヶ月頃 (開始後一ヶ月) | 7・8ヶ月 | 9・10・11・ヶ月 | 7・8ヶ月頃 | 9・10・11・ヶ月頃 |
| | 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) |
| 17 | 10倍がゆ じゃが芋と人参ペースト すまし汁 | 全粥 ささみとオクラのつぶし煮 じゃが芋と人参のつぶし煮 豆腐のすまし汁 果物 | 軟飯 ささみとオクラのやわ煮 じゃが芋と人参のやわ煮 豆腐のみそ汁 果物 | 全粥 ブロッコリーと麩のつぶし煮 わかめのすまし汁 | 軟飯 ブロッコリーと麩のやわ煮 わかめのすまし汁 |
| 月 | (主な材料) 米 じゃが芋 ささみ オクラ 人参 豆腐 果物 | | | (主な材料) 米 ブロッコリー 麩 わかめ | |
| 18 | 10倍がゆ さつまいもとしらすペースト すまし汁 | 全粥 さつまいもとしらすのつぶし煮 人参と納豆のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁 果物 | 軟飯 さつまいもとしらすのやわ煮 人参と納豆のやわ煮 玉ねぎのすまし汁 果物 | おじや とろとろそばの汁 | おじや とろとろそばのみそ汁 |
| 火 | (主な材料) 米 さつまいも しらす 人参 納豆 玉ねぎ 果物 | | | (主な材料) 米 ささみ 小松菜 沖縄そば | |
| 19 | 10倍がゆ じゃが芋と玉ねぎペースト すまし汁 | 全粥 魚と人参のつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 もずくのすまし汁 果物 | 軟飯 魚と人参のやわ煮 じゃが芋のやわ煮 もずくのみそ汁 果物 | 全粥 豆腐とブロッコリーつぶし煮 くたくたそうめんの汁 | 軟飯 豆腐とブロッコリーのやわ煮 くたくたそうめんの汁 |
| 水 | (主な材料) 米 じゃが芋 たら 玉ねぎ もずく 果物 | | | (主な材料) 米 豆腐 ブロッコリー そうめん | |
| 20 | 10倍がゆ 人参ペースト すまし汁 | 全粥 ささみといんげんのつぶし煮 人参と青菜のつぶし煮 わかめのすまし汁 果物 | 軟飯 ささみといんげんのやわ煮 人参と青菜のやわ煮 わかめのすまし汁 果物 | 全粥 さつまいもとキャベツのつぶし煮 豆腐のすまし汁 | 軟飯 さつまいもとキャベツのやわ煮 豆腐のみそ汁 |
| 木 | (主な材料) 米 人参 ささみ いんげん ほうれん草 わかめ 果物 | | | (主な材料) 米 さつまいも キャベツ 豆腐  | |
| 21 | 10倍がゆ 魚と玉ねぎペースト すまし汁 | 全粥 魚と玉ねぎのつぶし煮 ブロッコリーのつぶし煮 もずくのすまし汁 果物 | 軟飯 魚と玉ねぎのやわ煮 ブロッコリーのやわ煮 もずくのすまし汁 果物 | 全粥 かぼちゃといんげんのつぶし煮 キャベツのすまし汁 | 軟飯 かぼちゃといんげんのやわ煮 キャベツのみそ汁 |
| 金 | (主な材料) 米 たら 玉ねぎ たら ブロッコリー もずく 果物 | | | (主な材料) 米 かぼちゃ いんげん キャベツ | |
| 22 | 10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁 | 全粥 かぼちゃとしらすのつぶし煮 白菜とほうれん草のつぶし煮 ゆし豆腐 果物 | 軟飯 かぼちゃとしらすのやわ煮 白菜とほうれん草のやわ煮 ゆし豆腐 果物 | 全粥 さつまいもと人参のつぶし煮 青菜のすまし汁 | 軟飯 さつまいもと人参のやわ煮 青菜のみそ汁 |
| 土 | (主な材料) 米 ゆし豆腐 かぼちゃ しらす 白菜 ほうれん草 果物 | | | (主な材料) 米 さつまいも 人参 チンゲン菜 | |
| 24 | 10倍がゆ ささみペースト すまし汁 | 全粥 ささみと青菜のつぶし煮 切干大根と人参のつぶし煮 冬瓜のすまし汁 果物 | 軟飯 ささみと青菜のやわ煮 切干大根と人参のやわ煮 冬瓜のすまし汁 果物 | 全粥 きゅうりと玉ねぎのつぶし煮 麩のすまし汁 | 軟飯 きゅうりと玉ねぎのやわ煮 麩のみそ汁 |
| 月 | (主な材料) 米 ささみ ほうれん草 切干大根 人参 冬瓜 果物 | | | (主な材料) 米 きゅうり 玉ねぎ 麩 | |
| 25 | 10倍がゆ かぼちゃペースト すまし汁 | 全粥 とうふとひじきのつぶし煮 玉ねぎと人参のつぶし煮 かぼちゃのすまし汁 果物 | 軟飯 とうふとひじきのやわ煮 玉ねぎと人参のやわ煮 かぼちゃのすまし汁 果物 | 全粥 じゃが芋とブロッコリーのつぶし煮 わかめのすまし汁 | 軟飯 じゃが芋とブロッコリーのやわ煮 わかめのみそ汁 |
| 火 | (主な材料) 米 かぼちゃ 豆腐 ひじき 玉ねぎ 人参 果物 | | | (主な材料) 米 じゃが芋 ブロッコリー わかめ | |
| 26 | 10倍がゆ 人参と玉ねぎペースト すまし汁 | 全粥 ささみとキャベツのつぶし煮 人参と玉ねぎのつぶし煮 トマトスープ 果物 | 軟飯 ささみとキャベツのやわ煮 人参と玉ねぎのやわ煮 トマトスープ 果物 | 全粥 ブロッコリーとマカロニのつぶし煮 かぼちゃのすまし汁 | 軟飯 ブロッコリーとマカロニのやわ煮 かぼちゃのみそ汁 |
| 水 | (主な材料) 米 人参 玉ねぎ ささみ キャベツ トマト 果物 | | | (主な材料) 米 ブロッコリー マカロニ かぼちゃ | |
| 27 | 10倍がゆ じゃが芋ペースト すまし汁 | 全粥 果物 ささみとじゃが芋のつぶし煮 キャベツとわかめのつぶし煮 人参のすまし汁 | 軟飯 ささみとじゃが芋のやわ煮 キャベツとわかめのやわ煮 人参のすまし汁 果物 | 全粥 さつまいもときゅうりのつぶし煮 青菜のすまし汁 | 軟飯 さつまいもときゅうりのやわ煮 青菜のみそ汁 |
| 木 | (主な材料) 米 じゃが芋 ささみ キャベツ わかめ 人参 果物 | | | (主な材料) 米 さつまいも きゅうり ほうれん草 | |
| 28 | 10倍がゆ 人参ペースト すまし汁 | 全粥 魚の人参あんかけ 果物 なすとブロッコリーのつぶし煮 さつまいものすまし汁 | 軟飯 魚の人参あんかけ 果物 なすとブロッコリーのやわ煮 さつまいのみそ汁 | 全粥 大根とかぼちゃのつぶし煮 豆腐のすまし汁 | 軟飯 大根とかぼちゃのやわ煮 豆腐のすまし汁 |
| 金 | (主な材料) 米 人参 たら なす ブロッコリー さつまいも 果物 | | | (主な材料) 米 大根 かぼちゃ 豆腐  | |
| 29 | 10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁 | 全粥 豆腐と青菜のつぶし煮 きゅうりと人参のつぶし煮 キャベツのすまし汁 果物 | 軟飯 豆腐と青菜のやわ煮 きゅうりと人参のやわ煮 キャベツのみそ汁 果物 | 全粥 ささみと玉ねぎのつぶし煮 わかめのすまし汁 | 軟飯 ささみと玉ねぎのやわ煮 わかめのすまし汁 |
| 土 | (主な材料) 米 豆腐 チンゲン菜 きゅうり 人参 キャベツ 果物  | | | (主な材料) 米 ささみ 玉ねぎ わかめ | |
| 31 | 10倍がゆ かぼちゃと玉ねぎペースト すまし汁 | 全粥 果物 魚とひじきのつぶし煮 かぼちゃと玉ねぎのつぶし煮 わかめのすまし汁 | 軟飯 魚とひじきのつぶし煮 かぼちゃと玉ねぎのやわ煮 わかめのすまし汁 果物 | 全粥 さつまいものつぶし煮 キャベツのすまし汁 | 軟飯 さつまいものつぶし煮 キャベツのみそ汁 |
| 月 | (主な材料) 米 かぼちゃ 玉ねぎ たら ひじき わかめ 果物 | | | (主な材料) 米 さつまいも 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。

