



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	月	あわご飯 さばのみそ焼き きゅうり甘酢和え 切干大根煮 豆腐とわかめのすまし汁 果物	さば 豚バラ こんにゃく 豆腐 わかめ ツナ 牛乳	米 もちきび 砂糖 食パン マヨネーズ	きゅうり 切干大根 人参 しいたけ ねぎ パ プリカ コーン 果物	牛乳 ツナマヨトースト	
2日	火	玄米ご飯 焼肉 マカロニサラダ 青菜と卵のみそ汁 果物	牛肩 卵 ツナ 牛乳	米 玄米 砂糖 ごま油 マカロニ マヨネーズ さ つま芋 小麦粉 油	玉ねぎ キャベツ 人参 ピーマン きゅうり ほうれん草 白ねぎ 果物	牛乳 芋天ぷら	
3日	水	ちらし寿司 鶏肉の照り焼き ほうれんそうのごま和え お花魁のすまし汁 果物	卵 のり 鶏もも 豆腐 麩	米 砂糖 ごま	人参 れんこん しいたけ きぬさや ほうれん 草 コーン えのき みつば 果物	牛乳 ひな祭りケーキ	
4日	木	麦ご飯 ミートローフ ブロッコリー きんぴらごぼう じゃが芋のみそ汁 果物	牛豚ミンチ 豆腐 卵 こ んにゃく ツナ 牛乳	米 押麦 小麦粉 パン粉 油 ごま ごま油 バター 砂糖 粒あん	玉ねぎ ミックスベジタブル ブロッコリー ご ぼう 人参 きぬさや じゃが芋 ほうれん草 しめじ 果物	牛乳 小倉スコーン	
5日	金	あわご飯 酢豚 キャベツのおかか和え 中華スープ 果物	豚もも 糸削り 粉チー ズ ヤクルト	米 もちきび 油 砂糖 ケチャップ 片栗粉 パ ター 小麦粉	人参 玉ねぎ じゃが芋 たけのこ ピーマン しいたけ キャベツ コーン チンゲン菜 果物	ヤクルト チーズサブレ	
6日	土	焼きそば 中華サラダ わかめスープ フルーツヨーグルト	豚もも ツナ わかめ ヨーグルト 牛乳	焼きそば 油 砂糖 ごま 油 ごま	キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし ピーマン 大 根 パプリカ きゅうり コーン 白ねぎ 果物	牛乳 ドームケーキ	
8日	月	たけのこご飯 からし菜チャンプルー 鮭のコーンマヨネーズ焼き なすのみそ汁 果物	鶏もも きざみ揚げ 鮭 豆腐 豚肩 牛乳	米 押麦 砂糖 小麦粉 油 バター マヨネーズ ロールパン	たけのこ みつば 人参 からし菜 なす 玉ね ぎ 大根菜 果物	牛乳 揚げパン	
9日	火	ドライカレー ポイルウイナー 春雨のあえもの きのこのスープ 果物	牛豚ミンチ 豚レバー ウ ィンナー 大豆 ツナ 牛 乳	米 押麦 ケチャップ 油 春雨 砂糖 ごま ラード 小麦粉 紅芋パウダー	人参 玉ねぎ ピーマン マッシュルーム きゅ うり パプリカ コーン えのき しめじ ほう れん草 果物	牛乳 紅芋ちんすこう	
10日	水	チキンライス ブロッコリーのごま和え 魚フライタルソースかけ クリームスープ 果物	ツナ 鶏もも たら 卵 ちくわ ウィンナー 牛乳	米 油 バター 小麦粉 ごま パン粉	玉ねぎ ピーマン 人参 ブロッコリー パプリ カ コーン じゃが芋 果物	ジュース お誕生日ケーキ	
11日	木	あわご飯 魚の甘酢あんかけ 冬瓜のそぼろ煮 青菜のみそ汁 果物	たら 鶏ミンチ 豆腐 き な粉 牛乳	米 もちきび 小麦粉 油 ケチャップ 砂糖 うむく じ 黒糖	玉ねぎ パプリカ ピーマン 冬瓜 人参 いん げん ほうれん草 しめじ 長ねぎ 果物	牛乳 くずもち	
12日	金	お別れ遠足					牛乳 プラウニー
13日	土	タコライス さつま芋サラダ ゆし豆腐 果物	牛豚ミンチ チーズ ツナ ゆし豆腐 牛乳	米 押麦 さつま芋 マヨ ネーズ	玉ねぎ レタス トマト 人参 きゅうり ねぎ 果物	牛乳 ココアワッフル	
15日	月	黒米ご飯 いんげんソテー さんまの梅煮 切干大根のツナ和え さつま汁 果物	さんま ツナ きざみ揚げ もずく 卵	米 黒米 砂糖 黒糖 油 さつま芋 小麦粉	いんげん 切干大根 人参 きゅうり ねぎ に ら 果物	麦茶 もずくヒラヤーチ	
16日	火	バターロール マカロニグラタン ごぼうサラダ トマトと卵のスープ 果物	鶏小間 生クリーム チー ズ ツナ 卵 牛乳	バターロール マカロニ 小麦粉 バター ごま マ ヨネーズ 砂糖 さつま芋	人参 玉ねぎ グリンピース マッシュルーム ごぼう いんげん パプリカ トマト キャベツ 果物	牛乳 スイートポテト	
17日	水	あわご飯 とんかつ キャベツの梅あえ 人参しりしり 白菜のみそ汁 果物	豚ロース 卵 糸削り わ かめ 牛乳	米 もちきび 小麦粉 パ ン粉 油 バター 砂糖	キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ 白 菜 ねぎ 果物	牛乳 レモンクッキー	
18日	木	玄米ご飯 豚肉の味噌焼き ブロッコリー 大根の五目煮 そうめん汁 果物	豚肩 大豆 卵 豆腐 き な粉 豆乳	米 玄米 ごま 油 砂糖 そうめん ホットケーキ ミックス	ブロッコリー 大根 人参 しいたけ いんげん ねぎ 果物	豆乳ココア もちもちドーナツ	
19日	金	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	沖縄そば 砂糖 さつま芋 ごま 米 油味噌	ねぎ 小松菜 人参 果物	麦茶 油みそおにぎり	
20日	土	春分の日					
22日	月	麦ご飯 鶏肉のさっぱり煮 オクラおかか和え クープイリチー キャベツのみそ汁 果物	鶏もも 糸削り 昆布 こ んにゃく 豚バラ 絹厚揚 げ クリームチーズ 生ク リーム 卵 牛乳	米 押麦 砂糖 油 小麦 粉 さつま芋 クラッカー バター	オクラ 切干大根 人参 しいたけ キャベツ ねぎ 果物	牛乳 焼きチーズケーキ	
23日	火	玄米ご飯 れんこん入り鶏つくね いんげんソテー 麩チャンプルー 里芋のみそ汁 果物	鶏ミンチ 豆腐 車麩 ウ ィンナー 卵 牛乳	米 玄米 砂糖 パン粉 ごま 油 小麦粉 バター チョコチップ	玉ねぎ れんこん いんげん キャベツ 人参 にら 里芋 ほうれん草 しめじ 果物	牛乳 チョコチップクッキー	
24日	水	エビカレーピラフ から揚げ たこさんウイナー おかか和え ミネストローネ 杏仁フルーツ	えび 鶏肉 卵 糸削り 豚のり ベーコン ウィ ナー 牛乳	米 小麦粉 じゃが芋 マ カロニ 米粉 砂糖 油	玉ねぎ ピーマン 人参 きゅうり スイート コーン キャベツ トマト パセリ 果物	牛乳 くんぺん	
25日	木	スパゲティミートソース ポテトサラダ 豆腐のコンソメスープ 果物	牛豚ミンチ 豚レバー 卵 豆腐 しらす	スパゲティ 小麦粉 バ ター ケチャップ 油 マ ヨネーズ 米 ごま	玉ねぎ セロリ 人参 ピーマン じゃが芋 きゅうり ほうれん草 しめじ 大根菜 果物	麦茶 青菜じゃこおにぎり	
26日	金	はんだまご飯 さばのカレー揚げ 胡瓜の梅和え ひじき炒め煮 鶏と冬瓜のみそ汁 果物	さば 糸削り ひじき こ んにゃく 鶏小間 さつま 揚げ 牛乳	米 小麦粉 砂糖 油	ハンダマ きゅうり 人参 いんげん 冬瓜 鳥 人参 大根菜 果物	牛乳 ちんびん	
27日	土	卒園式					
29日	月	バターロール かぼちゃのシチュー 豆腐と卵のオープン焼き コールスロー 果物	鶏小間 豆腐 卵 きな粉 牛乳	バターロール 米 もちき び バター マヨネーズ 小麦粉 ホットケーキミッ クス 砂糖	かぼちゃ 玉ねぎ 人参 セロリ マッシュルー ム ブロッコリー パプリカ ほうれん草 キャ ベツ コーン 果物	牛乳 りんごのマフィン	
30日	火	三色丼 白菜のツナ和え もずくのスープ 果物	鶏ミンチ 卵 もずく ツ ナ 牛乳	米 押麦 砂糖 ごま油 食パン バター	玉ねぎ ほうれん草 白菜 人参 きゅうり 白 ねぎ 貝割大根 果物	牛乳 フレンチトースト	
31日	水	協力願いお弁当					牛乳 チョコチップクッキー



☆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。





3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)	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⇒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 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)
1	10倍がゆ 豆腐と人参のペースト すまし汁	全粥 魚ときゅうりのつぶし煮 切干大根と人参のつぶし煮 わかめのすまし汁 果物	軟飯 魚ときゅうりのやわ煮 切干大根と人参のやわ煮 わかめのすまし汁果物	全粥 南瓜と豆腐のつぶし煮 玉ねぎのみそ汁	軟飯 南瓜と豆腐のやわ煮 玉ねぎのみそ汁
月	(主な材料) 米 豆腐 人参 たら きゅうり 切干大根 わかめ 果物			(主な材料) 米 南瓜 豆腐 玉ねぎ	
2	10倍がゆ ささみと人参のペースト すまし汁	全粥 果物 ささみと人参のつぶし煮 玉ねぎときゅうりのつぶし煮 キャベツのすまし汁	軟飯 果物 ささみと人参のやわ煮 玉ねぎときゅうりのやわ煮 キャベツのすまし汁	全粥 さつま芋のつぶし煮 青菜のみそ汁	軟飯 さつま芋のやわ煮 青菜のみそ汁
火	(主な材料) 米 ささみ 人参 きゅうり キャベツ 果物			(主な材料) 米 さつま芋 ほうれん草	
3	10倍がゆ 豆腐とほうれん草のペースト すまし汁	全粥 豆腐とほうれん草のつぶし煮 玉ねぎと人参のつぶし煮 麩のすまし汁 果物	軟飯 豆腐とほうれん草のやわ煮 玉ねぎと人参のやわ煮 麩 のすまし汁果物	全粥 ささみとブロッコリーのつぶし煮 冬瓜のみそ汁	軟飯 ささみとブロッコリーのやわ煮 冬瓜のみそ汁
水	(主な材料) 米 豆腐 ほうれん草 玉ねぎ 人参 麩 果物			(主な材料) 米 ささみ ブロッコリー 冬瓜	
4	10倍がゆ じゃが芋と人参のペースト すまし汁	全粥 ブロッコリーのそぼろ煮 じゃが芋と人参のつぶし煮 青菜のすまし汁 果物	軟飯 ブロッコリーのそぼろ煮 じゃが芋と人参のやわ煮 青菜のすまし汁 果物	全粥 豆腐とわかめのつぶし煮 玉ねぎのみそ汁	軟飯 豆腐とわかめのやわ煮 玉ねぎのみそ汁
木	(主な材料) 米 じゃが芋 人参 ブロッコリー 鶏ミンチ ほうれん草 果物			(主な材料) 米 豆腐 わかめ 玉ねぎ	
5	10倍がゆ 南瓜のペースト すまし汁	全粥 ささみと玉ねぎのつぶし煮 人参と青菜のつぶし煮 キャベツのすまし汁 果物	軟飯 豚肉と玉ねぎのつぶし煮 人参と青菜のつぶし煮 キャベツのすまし汁 果物	全粥 南瓜としらすのつぶし煮 麩のみそ汁	軟飯 南瓜としらすのつぶし煮 麩のみそ汁
金	(主な材料) 米 南瓜 ささみ 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 キャベツ 果物			(主な材料) 米 南瓜 しらす 麩	
6	10倍がゆ 豆腐と人参のペースト すまし汁	全粥 果物 豆腐と人参のつぶし煮 キャベツときゅうりのつぶし煮 わかめのすまし汁	軟飯 果物 豆腐と人参のやわ煮 キャベツときゅうりのやわ煮 わかめのすまし汁	全粥 さつま芋と玉ねぎのつぶし煮 大根のみそ汁	軟飯 さつま芋と玉ねぎのやわ煮 大根のみそ汁
土	(主な材料) 米 豆腐 人参 キャベツ きゅうり わかめ 果物			(主な材料) 米 さつま芋 玉ねぎ 大根	
8	10倍がゆ 豆腐と人参のペースト すまし汁	全粥 鮭と玉ねぎのつぶし煮 ブロッコリーのつぶし煮 わかめのすまし汁 果物	軟飯 鮭と玉ねぎのやわ煮 ブロッコリーのやわ煮 わかめのすまし汁 果物	全粥 豆腐と人参のつぶし煮 ナスのみそ汁	軟飯 豆腐と人参のやわ煮 ナスのみそ汁
月	(主な材料) 米 豆腐 人参 鮭 玉ねぎ ブロッコリー 麩 わかめ 果物			(主な材料) 米 豆腐 人参 なす	
9	10倍がゆ 玉ねぎと人参のペースト すまし汁	全粥 ささみときゅうりのつぶし煮 玉ねぎと人参のつぶし煮 春雨スープ 果物	軟飯 ささみときゅうりのやわ煮 玉ねぎと人参のやわ煮 春雨スープ 果物	全粥 南瓜のつぶし煮 青菜のみそ汁	軟飯 南瓜のやわ煮 青菜のみそ汁
火	(主な材料) 米 玉ねぎ 人参 ささみ きゅうり 春雨 果物			(主な材料) 米 南瓜 ほうれん草	
10	11倍がゆ 南瓜のペースト すまし汁	全粥 ささみとブロッコリーのつぶし煮 南瓜のつぶし煮 豆腐のすまし汁 果物	軟飯 ささみとブロッコリーのやわ煮 南瓜のやわ煮 豆腐のすまし汁 果物	全粥 じゃが芋と人参のつぶし煮 玉ねぎのみそ汁	軟飯 じゃが芋と人参のやわ煮 玉ねぎのみそ汁
水	(主な材料) 米 南瓜 ささみ ブロッコリー 豆腐 果物			(主な材料) 米 じゃが芋 人参 玉ねぎ	
11	10倍がゆ ゆし豆腐ペースト すまし汁	全粥 魚と人参のつぶし煮 冬瓜といんげんのつぶし煮 麩のすまし汁 果物	軟飯 魚と人参のやわ煮 冬瓜といんげんのやわ煮 麩のすまし汁 果物	全粥 豆腐とわかめのつぶし煮 青菜のみそ汁	軟飯 豆腐とわかめのやわ煮 青菜のみそ汁
木	(主な材料) 米 たら 人参 冬瓜 いんげん 麩 果物			(主な材料) 米 豆腐 わかめ ほうれん草	
12	お別れ遠足			もずく粥 キャベツときゅうりのつぶし煮 じゃが芋のみそ汁	もずく粥 キャベツときゅうりのやわ煮 じゃが芋のみそ汁
金				(主な材料) 米 もずく キャベツ きゅうり じゃが芋	
13	10倍がゆ ゆし豆腐ペースト すまし汁	全粥 さつま芋としらすのつぶし煮 きゅうりとトマトのつぶし煮 ゆし豆腐 果物	軟飯 さつま芋としらすのやわ煮 きゅうりとトマトのやわ煮 ゆし豆腐 果物	全粥 人参と玉ねぎのつぶし煮 わかめのみそ汁	軟飯 人参と玉ねぎのやわ煮 わかめのみそ汁
土	(主な材料) 米 ゆし豆腐 さつま芋 しらす きゅうり トマト 果物			(主な材料) 米 人参 玉ねぎ わかめ	
15	10倍がゆ 人参のペースト すまし汁	全粥 魚といんげんのつぶし煮 切干大根と人参のつぶし煮 さつま汁 果物	軟飯 魚といんげんのやわ煮 切干大根と人参のやわ煮 さつま汁 果物	全粥 玉ねぎときゅうりのつぶし煮 もずくのみそ汁	軟飯 玉ねぎときゅうりのやわ煮 もずくのみそ汁
月	(主な材料) 米 人参 たら いんげん 切干大根 さつま芋 果物			(主な材料) 米 玉ねぎ きゅうり もずく	

※ 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。





令和3年

3月

離乳食献立表



〈その2〉

可愛保育園

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)
16	10倍がゆ さつまいのペースト すまし汁	全粥 ささみと人参のつぶし煮 キャベツとマカロニのつぶし煮 トマトスープ 果物	軟飯 ささみと人参のやわ煮 キャベツとマカロニのやわ煮 トマトスープ 果物	全粥 さつまいのつぶし煮 青菜のみそ汁	軟飯 さつまいのやわ煮 青菜のみそ汁
火	(主な材料) 米 さつまい ささみ 人参 キャベツ マカロニ トマト 果物			(主な材料) 米 さつまい 小松菜	
17	10倍がゆ ささみとキャベツのペースト すまし汁	全粥 果物 ささみとキャベツのつぶし煮 人参と玉ねぎのつぶし煮 わかめのすまし汁	軟飯 ささみとキャベツのやわ煮 人参と玉ねぎのやわ煮 わかめのすまし汁 果物	全粥 南瓜ときゅうりのつぶし煮 白菜のみそ汁	軟飯 南瓜ときゅうりのやわ煮 白菜のみそ汁
水	(主な材料) 米 ささみ キャベツ 人参 玉ねぎ わかめ 果物			(主な材料) 米 南瓜 きゅうり 白菜	
18	10倍がゆ 大根と人参のペースト すまし汁	全粥 ささみといんげんのつぶし煮 大根と人参のつぶし煮 そうめん汁 果物	軟飯 豚肉といんげんのやわ煮 大根と人参のやわ煮 そうめん汁 果物	全粥 豆腐とブロッコリーのつぶし煮 玉ねぎのみそ汁	軟飯 豆腐とブロッコリーのやわ煮 玉ねぎのみそ汁
木	(主な材料) 米 大根 人参 ささみ いんげん そうめん 果物			(主な材料) 米 豆腐 ブロッコリー 玉ねぎ	
19	10倍がゆ さつまいのペースト すまし汁	全粥 人参と納豆のつぶし煮 さつまいのつぶし煮 果物 とろとろそばのすまし汁	軟飯 人参と納豆のやわ煮 さつまいのやわ煮果物 とろとろそばのすまし汁	おじや 豆腐とわかめのつぶし煮	おじや 豆腐とわかめのやわ煮
金	(主な材料) 米 さつまい 人参 納豆 沖縄そば 果物			(主な材料) 米 ささみ 小松菜 南瓜 わかめ 豆腐	
20	 春分の日				
土					
22	10倍がゆ 人参のペースト すまし汁	全粥 ささみとオクラのつぶし煮 切干大根と人参のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁 果物	軟飯 果物 ささみとオクラのやわ煮 切干大根と人参のやわ煮 玉ねぎのすまし汁	全粥 さつまいとキャベツのつぶし煮 わかめのみそ汁	軟飯 さつまいとキャベツのやわ煮 わかめのみそ汁
月	(主な材料) 米 人参 ささみ オクラ 切干大根 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 さつまい キャベツ わかめ	
23	10倍がゆ 豆腐のペースト すまし汁	全粥 人参のそぼろ煮 キャベツと玉ねぎのつぶし煮 麩のすまし汁 果物	軟飯 人参のそぼろ煮 キャベツと玉ねぎのやわ煮 麩のすまし汁 果物	全粥 豆腐といんげんのつぶし煮 野菜のみそ汁	軟飯 豆腐といんげんのやわ煮 野菜のみそ汁
火	(主な材料) 米 豆腐 人参 鶏ミンチ キャベツ 玉ねぎ 麩 果物			(主な材料) 米 豆腐 いんげん ほうれん草	
24	10倍がゆ 豆腐とほうれん草ペースト すまし汁	全粥 豆腐と青菜のつぶし煮 人参のつぶし煮 おつゆ麩のすまし汁 果物	軟飯 豆腐と青菜のやわ煮 人参のやわ煮 おつゆ麩のすまし汁 果物	全粥 キャベツとツナのつぶし煮 南瓜のみそ汁	軟飯 キャベツとツナのやわ煮 南瓜のみそ汁
水	(主な材料) 米 豆腐 ほうれん草 人参 玉ねぎ 麩 果物			(主な材料) 米 キャベツ ツナ 南瓜	
25	10倍がゆ じゃが芋と人参のペースト すまし汁	全粥 ささみと青菜のつぶし煮 じゃが芋と人参のつぶし煮 豆腐のすまし汁 果物	軟飯 ささみと青菜のやわ煮 じゃが芋と人参のやわ煮 豆腐のすまし汁 果物	全粥 ブロッコリーときゅうりのつぶし煮 わかめのみそ汁	軟飯 ブロッコリーときゅうりのやわ煮 わかめのみそ汁
木	(主な材料) 米 じゃが芋 人参 ささみ 豆腐 果物			(主な材料) 米 ブロッコリー きゅうり わかめ	
26	10倍がゆ 冬瓜のペースト すまし汁	全粥 魚ときゅうりのつぶし煮 人参とひじきのつぶし煮 冬瓜のすまし汁 果物	軟飯 魚ときゅうりのやわ煮 人参とひじきのやわ煮 冬瓜のすまし汁 果物	全粥 さつまいのつぶし煮 玉ねぎのみそ汁	軟飯 さつまいのやわ煮 玉ねぎのみそ汁
金	(主な材料) 米 冬瓜 たら きゅうり 人参 ひじき 果物			(主な材料) 米 さつまい 玉ねぎ	
27	 卒園式				
土					
29	10倍がゆ 南瓜のペースト すまし汁	全粥 ささみと南瓜のクリーム煮 ブロッコリーのつぶし煮 豆腐のすまし汁 果物	軟飯 ささみと南瓜のクリーム煮 ブロッコリーのやわ煮 豆腐のすまし汁 果物	全粥 キャベツと青菜のつぶし煮 人参のすまし汁	軟飯 キャベツと青菜のやわ煮 人参のすまし汁
月	(主な材料) 米 南瓜 ささみ 豆腐 ブロッコリー 果物			(主な材料) 米 キャベツ ほうれん草 人参	
30	10倍がゆ ささみと青菜のペースト すまし汁	全粥 ささみと青菜のつぶし煮 白菜と人参のつぶし煮 もずくのすまし汁 果物	軟飯 ささみと青菜のやわ煮 白菜と人参のやわ煮 もずくのすまし汁 果物	人参粥 ブロッコリーのつぶし煮 きゅうりのすまし汁	人参粥 ブロッコリーのやわ煮 きゅうりのすまし汁
火	(主な材料) 米 ささみ ほうれん草 白菜 人参 もずく 果物			(主な材料) 米 人参 ブロッコリー きゅうり	
31	 協力願いお弁当				
水	(主な材料) 米 玉ねぎ 人参 春雨			(主な材料) 米 玉ねぎ 人参 春雨	



※ 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。

