



令和3年
4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	木	チキンカレー 野菜サラダ わかめスープ 果物	鶏小間 ちくわ わかめ 豆腐 牛乳	米 押麦 ホットケーキミックス バター	人参 玉ねぎ じゃが芋 マッシュルーム グリンピース キャベツ きゅうり トマト えのき 白ねぎ 果物	牛乳 豆腐スコーン	
2日	金	あわご飯 豚肉のしょうが焼き かぼちゃ煮 クーブイリチー たまねぎのみそ汁 果物	豚肩ロース 昆布 かまぼこ きざみ揚げ 牛乳	米 もちきび 油	かぼちゃ 切干大根 人参 しいたけ 玉ねぎ ねぎ 果物	牛乳 マドレーヌ	
3日	土	チャーハン ウインナー 春雨中華和え 豆腐の中華スープ ヨーグルト和え	ウインナー ささみ 豆腐 ヨーグルト 牛乳	米 春雨 油 ごま油 砂糖	人参 玉ねぎ ビーマン きゅうり パプリカ 小松菜	牛乳 レモンケーキ	
5日	月	ケチャップライス こいのぼりウインナー 春雨ごま和え コンソメスープ 果物	鶏もも ウインナー 牛豚ミンチ 卵 のり ちくわ ささみ 牛乳	米 パター ごま パン粉 小麦粉 春雨 砂糖 チョコ チップ	玉ねぎ 人参 ビーマン パプリカ きゅうり 白菜 セロリ 果物	牛乳 こいのぼりクッキー	
6日	火	黒米ご飯 さばのみそ煮 オクラのおかか和え 大根炒め そうめん汁 果物	さば 糸削り 鶏小間 大豆 ウインナー チーズ 牛乳	米 黒米 砂糖 油 そうめん 食パン パター	オクラ 大根 人参 しいたけ いんげん ねぎ 玉 ねぎ ビーマン 果物	牛乳 ピザトースト	
7日	水	玄米ご飯 青菜炒め ひじき入り豆腐ハンバーグ 白菜のクリームスープ 果物	豆腐 牛豚ミンチ ひじき 卵 こんにやく さつま揚げ 鶏小間 牛乳	米 玄米 小麦粉 パン粉 油 さつま芋 砂糖 ごま	玉ねぎ ビーマン ほうれん草 人参 白菜 コーン 果物	牛乳 大学芋	
8日	木	あわご飯 きゅうりのごま和え 鮭のパン粉焼き じゃが芋のみそ汁 ブロッコリーのマヨ和え 果物	鮭 粉チーズ ちくわ わかめ きな粉 もずく しらす	米 もちきび パン粉 油 ごま油 ごま 小麦粉	きゅうり ブロッコリー レタス 人参 じゃが芋 白 ねぎ たら 果物	麦茶 モズク入りピザチャーチ	
9日	金	ハヤシライス スパゲティーサラダ コンソメスープ 果物	牛もも 卵 ツナ 豚もも ヨーグルト 牛乳	米 押麦 油 小麦粉 サ ラスパ マヨネーズ 砂糖 ホットケーキミックス パター	玉ねぎ 人参 マッシュルーム セロリ グリンピー ス コーン きゅうり キャベツ えのき 果物	牛乳 ヨーグルトケーキ	
10日	土	中華丼 ブロッコリーのしらす梅和え コンソメスープ 果物	豚肩ロース しらす 牛乳	米 油 砂糖 ドームケーキ	白菜 人参 チンゲン菜 しいたけ きくらげ ブロッコリー コーン ほうれん草 果物	牛乳 ドームケーキ	
12日	月	あわご飯 魚のマヨネーズ焼き 麩チャンプルー 小松菜のみそ汁 黄桃缶	たら 車麩 卵 豚肩ロース きざみ揚げ きな粉 牛乳	米 もちきび マヨネーズ 砂糖 油 うむくじ	玉ねぎ ビーマン パプリカ キャベツ 人参 たら 小松菜 えのき 果物	牛乳 紅芋くずもち	
13日	火	野菜そば 青菜の白和え 焼きいも 果物	かまぼこ 豚もも 豆腐 ツナ 油揚げ	沖繩そば 砂糖 ごま 油 さつま芋 米	キャベツ 玉ねぎ 人参 ねぎ からし菜 ほうれん 草 果物	麦茶 いなりずし	
14日	水	牛丼 白菜のサラダ パンブキンスープ 果物	牛肩ロース こんにやく ちくわ 牛乳	米 砂糖 マヨネーズ 小麦粉 バター チョコチップ	玉ねぎ 人参 しいたけ グリンピース 白菜 きゅ うり かぼちゃ 果物	ヤクルト チョコチップクッキー	
15日	木	たけのご飯 鮭の照り焼き ひじきごま和え 豚汁 果物	鶏小間 きざみ揚げ 鮭 ひじき ツナ 豚もも 豚レ バー 卵 牛乳	米 ごま 砂糖 黒糖 小麦粉	たけのこ ねぎ 切干大根 人参 いんげん ごと う 大根 白ねぎ 果物	牛乳 黒糖カステラ	
16日	金	玄米ご飯 鶏のさっぱり煮 ブロッコリー 豆腐チャンプルー 里芋のみそ汁 果物	鶏もも 豆腐 ツナ わかめ きな粉 牛乳	米 玄米 油 砂糖 ロー ルパン	ブロッコリー キャベツ 人参 たら 里芋 玉ねぎ 果物	牛乳 揚げぱん	
17日	土	焼きそば チーズ ゆし豆腐 杏仁フルーツ	豚もも チーズ ゆし豆腐 牛乳	焼きそば 油	キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし ビーマン ねぎ 果物	牛乳 原宿ドッグ	
19日	月	麦ご飯 魚のごまみそ漬焼 甘酢和え ポテトのそぼろ煮 アーサー入りゆし豆腐 果物	たら 鶏ミンチ ゆし豆腐 あおさ 牛乳	米 押麦 砂糖 ごま 油 ホットケーキミックス さつま 芋 パター	大根 きゅうり パプリカ じゃが芋 人参 いんげ ん 果物	牛乳 さつまいもクッキー	
20日	火	麦ご飯 鶏肉の照り焼き コールスロー 人参しりしり 厚揚げのみそ汁 果物	鶏もも 卵 絹厚揚げ ツナ 牛乳	米 押麦 砂糖 マヨネー ズ そうめん	キャベツ コーン 人参 玉ねぎ たら チンゲン菜 果物	麦茶 そうめんちゃんぷるー	
21日	水	三色丼 ひじきサラダ イナムル汁 果物	鶏ミンチ 卵 ひじき ツナ 豚肩ロース かまぼこ こんに やく 牛乳	米 砂糖 油 ごま油 マヨ ネーズ ごま 小麦粉 ホッ トケーキミックス パター 黒 糖	玉ねぎ 小松菜 パプリカ 枝豆 ごと う しいたけ 大根 ねぎ 果物	牛乳 くんぺん	
22日	木	あわご飯 さんまの蒲焼き風 キュウリのおかか和え 果物 ひじきの五目煮 南瓜のみそ汁	さんま 糸削り ひじき 鶏 小間 玉蓴 きな粉 牛乳	米 もちきび 油 砂糖 小麦粉 バター	きゅうり 人参 たけのこ いんげん かぼちゃ 玉 ねぎ 貝割れ 果物	牛乳 きなこクッキー	
23日	金	麦ご飯 鶏肉の梅マヨ焼き ブロッコリー ポテトのカレー炒め もずくと豆腐のスープ 果物	鶏もも ツナ もずく 豆腐 卵 牛乳	米 押麦 マヨネーズ 砂糖 油 小麦粉 ホットケー キミックス	ブロッコリー じゃが芋 キャベツ 人参 大根菜 果物	牛乳 サーターアングギー	
24日	土	<春の親子遠足> スティックパン ジュース					
26日	月	麦ご飯 さばのカレー揚げ コーン 冬瓜のそぼろ煮 青菜のみそ汁 果物	さば 鶏ミンチ 豆腐 きな 粉 牛乳	米 押麦 小麦粉 油 砂糖 ホットケーキミックス	コーン 冬瓜 人参 いんげん ほうれん草 しめ じ 長ねぎ 果物	牛乳 ごま入りもちもちドーナツ	
27日	火	わかめご飯 南瓜煮 レバーフライ・甘ダレ漬け 白菜の和え物 かぶのみそ汁 果物	わかめ 豚レバー ツナ きざみ揚げ 卵 ハム チーズ 豆乳	米 小麦粉 パン粉 油 砂糖 ホットケーキミックス マヨネーズ	かぼちゃ 白菜 人参 きゅうり かぶ ほうれん草 玉ねぎ 果物	豆乳ココア オニオンブレッド	
28日	水	カレーピラフ ブロッコリーのごま和え チキンカツ ミネストローネ 果物	ツナ 鶏もも 卵 ちくわ ウインナー	米 油 パター 小麦粉 パン粉 ごま マカロニ	玉ねぎ ビーマン 人参 ブロッコリー パプリカ セロリ キャベツ トマト パセリ 果物	ジュース お誕生日ケーキ	
29日	木	昭和の日					
30日	金	あわご飯 鶏肉のピザ焼き 春雨の中華炒め 豆腐とわかめのみそ汁 果物	鶏もも チーズ 豚もも 豆 腐 わかめ 卵 クリーム チーズ 牛乳	米 もちきび 春雨 砂糖 油 ごま油 パター ホッ トケーキミックス	玉ねぎ マッシュルーム ビーマン 人参 チンゲ ン菜 たけのこ しいたけ 白ねぎ かぼちゃ 果 物	牛乳 かぼちゃのチーズケーキ	



☆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。





令和3年

4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⇒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	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 じゃが芋ペースト すまし汁	全粥 ささみとトマトつぶし煮 じゃが芋とキャベツつぶし 煮 すまし汁 果物	軟飯 ささみとトマト柔らか煮 じゃが芋とキャベツ柔らか 煮 すまし汁 果物	全粥 しらすと人参のつぶし煮 玉ねぎすまし汁	軟飯 しらすと人参の柔らか煮 玉ねぎすまし汁
木	(主な材料) 米 じゃが芋 ささみ トマト キャベツ 果物			(主な材料) 米 しらす 人参 玉ねぎ	
2	10倍がゆ 南瓜ペースト すまし汁	全粥 白身魚と玉ねぎのつぶし煮 南瓜人参のつぶし煮 青菜すまし汁 果物	軟飯 白身魚と玉ねぎの柔らか煮 南瓜人参の柔らか煮 青菜のみそ汁 果物	全粥 冬瓜とブロッコリーのつぶ し煮 わかめすまし汁	軟飯 冬瓜とブロッコリーの柔ら か煮 わかめすまし汁
金	(主な材料) 米 南瓜 たら 玉ねぎ 人参 ほうれん草 果物			(主な材料) 米 冬瓜 ブロッコリー わかめ	
3	10倍がゆ さつま芋ペースト すまし汁	全粥 豆腐としらすつぶし煮 さつま芋と人参つぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 豆腐としらす柔らか煮 さつま芋と人参の柔らか煮 すまし汁 果物	全粥 ささみと青菜つぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 ささみと青菜の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁
土	(主な材料) 米 さつま芋 人参 豆腐 しらす 果物			(主な材料) 米 ささみ 小松菜 玉ねぎ	
5	10倍がゆ 白菜ペースト すまし汁	全粥 しらすと青菜のつぶし煮 白菜と人参のつぶし煮 冬瓜すまし汁 果物	軟飯 しらすと青菜の柔らか煮 白菜と人参の柔らか煮 冬瓜すまし汁 果物	全粥 豆腐ときゅうりのつぶし煮 わかめのすまし汁	軟飯 豆腐ときゅうりの柔らか煮 わかめのすまし汁
月	(主な材料) 米 白菜 しらす 小松菜 人参 冬瓜 果物			(主な材料) 米 豆腐 きゅうり わかめ	
6	10倍がゆ 大根と人参ペースト すまし汁	全粥 白身魚の青菜あんかけ 大根と人参のつぶし煮 わかめすまし汁 果物	軟飯 白身魚の青菜あんかけ 大根と人参の柔らか煮 わかめすまし汁 果物	全粥 豆腐とオクラのつぶし煮 すまし汁	軟飯 豆腐とオクラの柔らか煮 すまし汁
火	(主な材料) 米 大根 人参 たら ほうれん草 わかめ 果物			(主な材料) 米 豆腐 オクラ	
7	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全粥 豆腐とひじきのつぶし煮 青菜と玉ねぎのつぶし煮 白菜すまし汁 果物	軟飯 豆腐とひじきの柔らか煮 青菜と玉ねぎの柔らか煮 白菜すまし汁 果物	全粥 さつま芋のつぶし煮 人参すまし汁	軟飯 さつま芋の柔らか煮 人参すまし汁
水	(主な材料) 米 豆腐 ひじき ほうれん草 玉ねぎ 白菜 果物			(主な材料) 米 さつま芋 人参	
8	10倍がゆ じゃが芋ペースト すまし汁	全粥 魚のつぶし煮 果物 人参とブロッコリーつぶし 煮 じゃが芋のすまし汁	軟飯 魚の柔らか煮 果物 人参とブロッコリー柔らか 煮 じゃが芋のみそ汁	全粥 きゅうりとしらすのつぶし 煮 わかめのすまし汁	軟飯 きゅうりとしらすの柔らか 煮 わかめのすまし汁
木	(主な材料) 米 じゃが芋 たら 人参 ブロッコリー 果物			(主な材料) 米 きゅうり しらす わかめ	
9	10倍がゆ 冬瓜ペースト すまし汁	全粥 果物 鶏レバーと玉ねぎのつぶし 煮 人参ときゅうりのつぶ し煮 キャベツのすまし汁	軟飯 果物 鶏レバーと玉ねぎの柔らか 煮 人参ときゅうりの柔ら か煮 キャベツのすまし汁	全粥 南瓜の豆乳煮 冬瓜のすまし汁	軟飯 南瓜の豆乳煮 冬瓜のすまし汁
金	(主な材料) 米 豆腐 鶏レバー 玉ねぎ 人参 きゅうり キャベツ 果物			(主な材料) 米 南瓜 豆乳 冬瓜	
10	10倍がゆ 南瓜のペースト すまし汁	全粥 しらすとブロッコリーのつ ぶし煮 白菜と青菜のつぶ し煮 人参すまし汁 果物	軟飯 しらすとブロッコリーの柔 らか煮 白菜と青菜の柔ら か煮 人参すまし汁 果物	全粥 さつま芋のつぶし煮 わかめのすまし汁	軟飯 さつま芋の柔らか煮 わかめのすまし汁
土	(主な材料) 米 南瓜 しらす ブロッコリー 白菜 チンゲン菜 人参 果物			(主な材料) 米 さつま芋 わかめ	
12	10倍がゆ キャベツペースト すまし汁	全粥 白身魚と玉ねぎのつぶし煮 キャベツと人参のつぶし煮 青菜すまし汁 果物	軟飯 白身魚と玉ねぎの柔らか煮 キャベツと人参の柔らか煮 青菜のみそ汁 果物	全粥 ささみとトマトのつぶし煮 冬瓜のすまし汁	軟飯 ささみとトマトの柔らか煮 冬瓜のすまし汁
月	(主な材料) 米 キャベツ たら 玉ねぎ 人参 小松菜 果物			(主な材料) 米 ささみ トマト 冬瓜	
13	10倍がゆ さつま芋ペースト すまし汁	全粥 豆腐と人参のつぶし煮 さつま芋と人参のつぶし煮 キャベツすまし汁 果物	軟飯 豆腐と人参の柔らか煮 さつま芋と人参の柔らか煮 キャベツすまし汁 果物	全粥 しらすと青菜のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 しらすと青菜の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁
火	(主な材料) 米 さつま芋 豆腐 人参 りんご キャベツ 果物			(主な材料) 米 しらす ほうれん草 玉ねぎ	
14	10倍がゆ 白菜ときゅうりペースト すまし汁	全粥 白身魚と南瓜つぶし煮 玉ねぎときゅうりつぶし煮 白菜すまし汁 果物	軟飯 白身魚と南瓜の柔らか煮 玉ねぎときゅうり柔らか煮 白菜すまし汁 果物	全粥 人参とオクラつぶし煮 じゃが芋すまし汁	軟飯 人参とオクラ柔らか煮 じゃが芋すまし汁
水	(主な材料) 米 白菜 きゅうり たら 南瓜 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 人参 オクラ じゃが芋	
15	10倍がゆ 大根と人参ペースト すまし汁	全粥 しらすと青菜のつぶし煮 人参のつぶし煮 大根すまし汁 果物	軟飯 しらすと青菜の柔らか煮 人参の柔らか煮 大根すまし汁 果物	全粥 豆腐とひじきのつぶし煮 さつま芋のすまし汁	軟飯 豆腐とひじきの柔らか煮 さつま芋のすまし汁
木	(主な材料) 米 大根 人参 しらす ほうれん草 果物			(主な材料) 米 豆腐 ひじき 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。





令和3年

4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 ⇒ 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
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)
16	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁 	全粥 ささみとブロッコリーのつ ぶし煮 ジャが芋と人参 ぶし煮 キャベツすまし汁 果物	軟飯 ささみとブロッコリーの柔 らか煮 ジャが芋と人参の 柔らか煮 キャベツすまし汁果物	全粥 豆腐とわかめつぶし煮 玉ねぎすまし汁	軟飯 豆腐とわかめの柔らか煮 玉ねぎすまし汁
金	(主な材料) 米 豆腐 ささみ ブロッコリー ジャが芋 人参 キャベツ 果物			(主な材料) 米 豆腐 わかめ 玉ねぎ	
17	10倍がゆ 人参とキャベツペースト すまし汁	全粥 しらすと南瓜のつぶし煮 人参とキャベツのつぶし煮 ゆし豆腐 果物	軟飯 しらすと南瓜の柔らか煮 人参とキャベツの柔らか煮 ゆし豆腐 果物	野菜おじや	野菜おじや 
土	(主な材料) 米 人参 キャベツ しらす 南瓜 ゆし豆腐 果物			(主な材料) 米 ほうれん草 人参 ささみ	
19	10倍がゆ 大根と人参ペースト すまし汁	全粥 果物 ささみと人参のつぶし煮 大根とブロッコリーつぶし 煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 果物 ささみと人参の柔らか煮 大根とブロッコリー柔らか 煮 玉ねぎのすまし汁	全粥 さつま芋のつぶし煮 青菜のすまし汁	軟飯 さつま芋の柔らか煮 青菜のすまし汁
月	(主な材料) 米 大根 人参 ささみ 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	
20	10倍がゆ 人参と玉ねぎペースト すまし汁 	全粥 果物 ささみとキャベツつぶし煮 人参とブロッコリーのつぶ し煮 青菜のすまし汁	軟飯 果物 ささみとキャベツ柔らか煮 人参とブロッコリーの柔ら か煮 青菜のすまし汁	全粥 南瓜としらすのつぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 南瓜としらすの柔らか煮 玉ねぎのすまし汁
火	(主な材料) 米 人参 玉ねぎ ささみ キャベツ ブロッコリー 小松菜 果物			(主な材料) 米 南瓜 しらす 玉ねぎ	
21	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全粥 白身魚の人参あんかけ じゃが芋のそぼろ煮 ゆし豆腐 果物	軟飯 白身魚の人参あんかけ じゃが芋のそぼろ煮 ゆし豆腐 果物 	全粥 さつま芋とりんごのつぶし 煮 大根のすまし汁	軟飯 さつま芋とりんごの柔らか 煮 大根のすまし汁
水	(主な材料) 米 豆腐 たら 人参 ジャが芋 鶏ミンチ ゆし豆腐 果物			(主な材料) 米 さつま芋 りんご 大根	
22	10倍がゆ 南瓜と人参ペースト すまし汁	全粥 白身魚の人参つぶし煮 冬瓜のつぶし煮 南瓜のすまし汁 果物	軟飯 白身魚の人参の柔らか煮 冬瓜の柔らか煮 南瓜のみそ汁 果物	全粥 ささみとひじきのつぶし煮 きゅうりのすまし汁	軟飯 ささみとひじきの柔らか煮 きゅうりのすまし汁
木	(主な材料) 米 南瓜 人参 たら 冬瓜 果物			(主な材料) 米 ささみ ひじき きゅうり	
23	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁 	全粥 じゃが芋としらすのつぶし 煮 キャベツと人参つぶし 煮 豆腐スープ 果物	軟飯 じゃが芋としらすの柔らか 煮 キャベツと人参の柔ら か煮 豆腐スープ 果物	全粥 ブロッコリーのそぼろ煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 ブロッコリーのそぼろ煮 玉ねぎのすまし汁
金	(主な材料) 米 豆腐 ジャが芋 しらす キャベツ 人参 果物			(主な材料) 米 ブロッコリー 鶏ミンチ 玉ねぎ	
24	 春の親子遠足				
土					
26	10倍がゆ 冬瓜ペースト すまし汁	全粥 白身魚と人参つぶし煮 冬 瓜のつぶし煮 青菜のすま し汁 果物	軟飯 白身魚と人参やわ煮 冬瓜のやわ煮 青菜すまし汁 果物	全粥 かぼちゃとしらすつぶし煮 すまし汁	軟飯 かぼちゃとしらすやわ煮 すまし汁 
月	(主な材料) 米 冬瓜 たら 人参 ほうれん草 果物			(主な材料) 米 かぼちゃ しらす	
27	10倍がゆ 南瓜ペースト すまし汁	全粥 鶏レバーと南瓜のつぶし煮 人参ときゅうりつぶし煮 白菜すまし汁 果物	軟飯 鶏レバーと南瓜の柔らか煮 人参ときゅうりの柔らか煮 白菜のみそ汁 果物	全粥 しらすと青菜のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 しらすと青菜の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁
火	(主な材料) 米 南瓜 鶏レバー 人参 きゅうり 白菜 果物			(主な材料) 米 しらす ほうれん草 玉ねぎ	
28	10倍がゆ キャベツと人参ペースト すまし汁	全粥 かぼちゃとささみのつぶし 煮 キャベツ人参のつぶし 煮 トマトすまし汁 果物	軟飯 果物 かぼちゃとささみのやわ煮 キャベツ人参のやわ煮 ト マトすまし汁	全粥 ブロッコリーのつぶし煮 麩のすまし汁	軟飯 ブロッコリーのやわ煮 麩のみそ汁
水	(主な材料) 米 かぼちゃ ささみ キャベツ 人参 トマト 果物			(主な材料) 米 ブロッコリー さつま芋 麩	
29	 昭和の日				
木					
30	10倍がゆ 人参と青菜ペースト すまし汁	全粥 ささみとトマトつぶし煮 青菜と人参のつぶし煮 豆腐のすまし汁 果物	軟飯 ささみとトマト柔らか煮 青菜と人参の柔らか煮 豆腐のすまし汁 果物	全粥 南瓜とじゃが芋のつぶし煮 わかめのすまし汁	軟飯 南瓜とじゃが芋の柔らか煮 わかめのすまし汁
金	(主な材料) 米 ささみ トマト チンゲン菜 人参 豆腐 果物			(主な材料) 米 南瓜 ジャが芋 わかめ	



※ 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。