

令和4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> 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	金	チキンカレー 野菜サラダ わかめスープ 果物	鶏肉 わかめ ツナ 卵 牛乳	米 押麦 じゃが芋 油 小麦粉 ケーキミックス 砂糖	人参 玉ねぎ マッシュルーム キャベツ グリーンピース えのき きゅうり トマト 長ネギ 果物	牛乳 サーターアンダギー	
2日	土	麻婆丼 ナムル コーンスープ 果物	豆腐 豚ミンチ みそ ちくわ 牛乳	米 ごま油 砂糖 片栗粉 ごま レモンケーキ	椎茸 人参 玉ねぎ だけのこ にら にんにく 生姜 もやし きゅうり コーン パプリカ ほうれん草 果物	牛乳 レモンケーキ	
4日	月	あわご飯 さばのラビコットソースかけ パパイヤリチー かぶのみそ汁 果物	さば ツナ 油揚げ みそ 牛乳	米 もちきび 小麦粉 油 砂糖 ちんびんミックス	トマト きゅうり 玉ねぎ パパイヤ 人参 ニら かぶ 大根の葉 果物	牛乳 ちんびん	
5日	火	麦ご飯 鶏肉の照焼き コールスロー 人参しりしり 厚揚げのみそ汁 果物	鶏肉 卵 厚揚げ みそ 牛乳	米 押麦 砂糖 油 マヨネーズ	キャベツ コーン にんにく 生姜 玉ねぎ ニら 小松菜 人参 果物	牛乳 ツナマヨトースト	
6日	水	ロールパン マカロニグラタン ブロッコリーの和え物 青菜と卵スープ 果物	鶏肉 牛乳 生クリーム チーズ ひじき 卵 わかめ 牛乳	パン マカロニ 小麦粉 バター 砂糖 ごま 米 押麦	人参 玉ねぎ グリーンピース しめじ ブロッコリー パプリカ コーン ほうれん草 パセリ 果物	牛乳 わかめおにぎり	
7日	木	あわご飯 魚のパン粉焼き きゅうりのおかか和え 果物 青菜のソテー じゃが芋のみそ汁	白身魚 粉チーズ ちくわ わかめ さつま揚げ みそ 糸かつお 牛乳 豆乳	米 もちきび パン粉 油 ごま油 ごま じゃが芋 ココア	きゅうり パセリ にんにく 小松菜 人参 えのき 人参 長ねぎ 果物	豆乳ココア 南瓜ケーキ	
8日	金	玄米ご飯 春雨の中華炒め ひじき入り豆腐ハンバーグ クリームスープ 果物	豆腐 合挽きミンチ 卵 豚肉 ウィンナー ひじき 豆腐 牛乳	米 玄米 小麦粉 油 パン粉 春雨 ごま 砂糖 バター ケーキミックス チョコ	玉ねぎ パプリカ ちんげん菜 だけのこ 人参 椎茸 生姜 白菜 白菜 パセリ コーン 果物 果物缶	牛乳 豆腐スコーン	
9日	土	豚焼肉丼 キャベツのツナ和え かぼちゃのみそ汁 果物	豚肉 のり ツナ 油揚げ みそ 牛乳	米 油 砂糖 たらやき	人参 玉ねぎ ピーマン ほうれん草 キャベツ 南瓜 大根の葉 生姜 果物	牛乳 たらやき	
11日	月	あわご飯 魚のマヨネーズ焼き 麸チャンプルー 青菜のみそ汁 果物	白身魚 卵 豚肉 ツナ みそ 牛乳	米 もちきび マヨネーズ 車麩 油 芋くず 紅芋粉 砂糖	玉ねぎ パプリカ パセリ ニら ピーマン キャベツ 人参 生姜 えのき チンゲン菜 コーン 果物	牛乳 紅芋くずもち	
12日	火	ハヤシライス スパゲティーサラダ キャベツスープ 果物	牛肉 卵 ツナ 豚肉 牛乳	米 押麦 小麦粉 砂糖 サラスパ マヨネーズ バター ケーキミックス チョコ 油	人参 玉ねぎ マッシュルーム セロリ グリーンピース きゅうり パプリカ えのき キャベツ にんにく 果物	牛乳 チョコチップクッキー	
13日	水	菜めしご飯 豚肉の生姜焼き キャベツの梅和え 南瓜の煮物 なすのみそ汁 果物	豚肉 チーズ 油揚げ み そ 牛乳 卵	米 油 片栗粉 パン 砂糖 バター	玉ねぎ キャベツ 南瓜 きゅうり なす 人参 ねぎ 生姜 果物	牛乳 フレンチトースト	
14日	木	だけのこご飯 さばのカレー揚げ ひじきのごま和え 豚汁 果物	鶏肉 油揚げ さば ひじき ツナ 豚肉 卵 豚レバー みそ 牛乳	米 油 砂糖 ごま	だけのこ ねぎ 生姜 切干大根 人参 いんげん ごぼう 大根 長ねぎ 果物	牛乳 マーブルケーキ	
15日	金	野菜そば 青菜の白和え 焼き芋 果物	豚肉 豆腐 ツナ 油揚げ 牛乳	沖縄そば 砂糖 ごま さつま芋 油 米	キャベツ 玉ねぎ 人参 からし菜 ねぎ ほうれん草 もやし 果物	牛乳 いなりずし	
16日	土	タコライス ツナと青菜のサラダ 春雨スープ 果物	合挽きミンチ チーズ 豚肉 牛乳	米 押麦 砂糖 油 カレー粉 ごま ごま油	玉ねぎ 人参 にんにく レタス トマト 椎茸 白ネギ 果物	牛乳 マドレーヌ	
18日	月	麦ご飯 魚のごまみそ漬焼き 甘酢和え ポテトのそぼろ煮 アーサ汁 果物	白身魚 みそ 鶏ミンチ 豆腐 あおさ チーズ 牛乳	米 押麦 砂糖 ごま じゃが芋 小麦粉 バター 油	大根 きゅうり パプリカ 生姜 人参 いんげん 果物	ヤクルト チーズサブレ	
19日	火	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 豚肉 みそ かまぼこ 牛乳	米 砂糖 油 マヨネーズ ごま油 こんにゃく 金時豆 押麦 黒糖 ごま せんべい	玉ねぎ 小松菜 生姜 パプリカ 枝豆 ごぼう 椎茸 大根 ねぎ 果物	麦茶 沖縄ぜんざい ソフトサラダ	
20日	水	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 もずくのスープ 果物	鶏肉 ツナ もずく のり 牛乳	米 押麦 砂糖 油 マヨネーズ じゃが芋 カレー粉 油みそ	ブロッコリー キャベツ 人参 ねぎ 大葉 パセリ えのき 果物	牛乳 油みそおにぎり	
21日	木	☆こいのぼり会☆ ケチャップライス こいのぼりウィンナー 春雨ごまあえ 野菜スープ 果物	鶏もも ウィンナー 牛豚ミンチ 卵 のり ちくわ ささみ 牛乳	米 バター ごま パン粉 小麦粉 春雨 砂糖 チョコチップ	玉ねぎ 人参 ピーマン 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	
22日	金	ふりかけご飯 ささみのピカタ 青菜のおかか和え かみかみごぼう 里芋のみそ汁 果物	ささみ 卵 糸かつお わかめ みそ 牛乳	米 押麦 小麦粉 油 片栗粉 砂糖 ごま 里芋	にんにく 小松菜 人参 ごぼう しめじ 玉ねぎ 果物	牛乳 そうめんちゃんぶるー	
23日	土	春の親子遠足					
25日	月	黒米ご飯 鶏肉のピザ焼き オクラのおかか和え 大根の煮物 そうめん汁 果物	鶏肉 みそ かつお削り チーズ 生クリーム 牛乳	米 黒米 砂糖 油 そうめん さつま芋 バター	オクラ 生姜 大根 人参 玉ねぎ マッシュルーム 椎茸 ねぎ いんげん 果物	牛乳 スイートポテト	
26日	火	あわご飯 さばのみそ焼き 肉じゃが かきたま汁 果物	さば みそ ツナ 豚肉 卵 豆腐 きな粉 牛乳	米 もちきび 油 ごま 砂糖 糸こんにゃく じゃが芋 片栗粉 ケーキミックス	ねぎ 玉ねぎ 人参 しめじ えのき グリーンピース 大根の葉 果物	牛乳 ごま入り もちもちドーナツ	
27日	水	☆お誕生会☆ カレーピラフ 鶏のから揚げ 果物 野菜サラダ コーンクリームスープ	ツナ 鶏もも 卵 ウィンナー 牛乳	米 油 バター 小麦粉 砂糖 ごま	玉ねぎ ピーマン 人参 レタス 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	
28日	木	玄米ご飯 魚のもみじ焼き ひじきの白和え さつま汁 果物	白身魚 ひじき 豆腐 豚肉 みそ チーズ 牛乳	米 玄米 マヨネーズ 砂糖 ごま さつま芋	人参 パプリカ からし菜	牛乳 鶏そぼろのおにぎり	
29日	金	昭和の日					
30日	土	ジャージャー麺 大根サラダ ゆし豆腐スープ 果物	豚ミンチ みそ わかめ ツナ ゆし豆腐 のり 牛乳	中華麺 ごま油 砂糖 油 片栗粉 ココアワッフル	だけのこ 椎茸 長ねぎ きゅうり 生姜 大根 人参 小松菜 コーン パセリ 果物缶	牛乳 ココアワッフル	

☆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。





4月 離乳食献立表



<その1>

可愛保育園

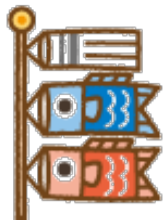
日清医療食品(株)

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⇒ベタベタ	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 南瓜ペースト すまし汁	全粥 果物 ささみと人参のつぶし煮 じゃが芋と玉ねぎのつぶし煮 トマトのすまし汁	軟飯 果物 ささみと人参の柔らか煮 じゃが芋と玉ねぎの柔らか煮 トマトのすまし汁	全粥 キャベツとさつま芋の つぶし煮 あおさのすまし汁	軟飯 キャベツとさつま芋の 柔らか煮 あおさのすまし汁
金	(主な材料) 米 ささみ 人参 じゃが芋 玉ねぎ トマト 南瓜 果物			(主な材料) 米 キャベツ さつま芋 あおさ	
2	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 南瓜のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁 果物	軟飯 豆腐と人参の柔らか煮 南瓜の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁 果物	全粥 青菜と大根のつぶし煮 じゃが芋のすまし汁	軟飯 青菜と大根の柔らか煮 じゃが芋のすまし汁
土	(主な材料) 米 豆腐 人参 南瓜 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 ほうれん草 大根 じゃが芋	
4	10倍がゆ 冬瓜と青菜ペースト 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 冬瓜のすまし汁 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 冬瓜のすまし汁 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 冬瓜 小松菜 しらす 白菜 人参 果物			(主な材料) 米 豆腐 きゅうり わかめ	
5	10倍がゆ 南瓜ペースト すまし汁	全粥 南瓜のつぶし煮 人参と玉ねぎのつぶし煮 レタスのすまし汁 果物	軟飯 南瓜の柔らか煮 人参と玉ねぎの柔らか煮 レタスのすまし汁 果物	全粥 大根とじゃが芋のつぶし煮 青菜のすまし汁	軟飯 大根とじゃが芋の柔らか煮 青菜のすまし汁
火	(主な材料) 米 南瓜 人参 玉ねぎ レタス 果物			(主な材料) 米 大根 じゃが芋 ほうれん草	
6	10倍がゆ 青菜ペースト すまし汁	全粥 果物 青菜と人参のつぶし煮 ブロッコリーと玉ねぎのつぶし煮 あおさのすまし汁	軟飯 果物 青菜と人参の柔らか煮 ブロッコリーと玉ねぎの柔らか煮 あおさのすまし汁	全粥 しらすと南瓜のつぶし煮 キャベツのすまし汁	軟飯 しらすと南瓜の柔らか煮 キャベツのすまし汁
水	(主な材料) 米 ほうれん草 人参 ブロッコリー 玉ねぎ あおさ 果物			(主な材料) 米 南瓜 玉ねぎ 人参	
7	10倍がゆ じゃが芋と青菜ペースト すまし汁	全粥 じゃが芋と青菜のつぶし煮 南瓜のつぶし煮 豆腐のすまし汁 果物	軟飯 じゃが芋と青菜の柔らか煮 南瓜の柔らか煮 豆腐のすまし汁 果物	全粥 冬瓜と玉ねぎのつぶし煮 人参のすまし汁	軟飯 冬瓜と玉ねぎの柔らか煮 人参のすまし汁
木	(主な材料) 米 じゃが芋 ほうれん草 南瓜 豆腐 果物			(主な材料) 米 冬瓜 玉ねぎ 人参	
8	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全粥 豆腐と大根のつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 青菜のすまし汁 果物	軟飯 豆腐と大根の柔らか煮 じゃが芋の柔らか煮 青菜のすまし汁 果物	全粥 南瓜と玉ねぎのつぶし煮 人参のすまし汁	軟飯 南瓜と玉ねぎの柔らか煮 人参のすまし汁
金	(主な材料) 米 豆腐 大根 じゃが芋 ほうれん草 果物			(主な材料) 米 南瓜 玉ねぎ 人参	
9	10倍がゆ さつま芋と青菜ペースト すまし汁	全粥 さつま芋と青菜のつぶし煮 大根のつぶし煮 人参のすまし汁 果物	軟飯 さつま芋と青菜の柔らか煮 大根の柔らか煮 人参のすまし汁 果物	全粥 豆腐と南瓜のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 豆腐と南瓜の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁
土	(主な材料) 米 さつま芋 ほうれん草 大根 人参 果物			(主な材料) 米 豆腐 南瓜 玉ねぎ	
11	10倍がゆ 南瓜ペースト すまし汁	全粥 豆腐と玉ねぎのつぶし煮 南瓜のつぶし煮 青菜のすまし汁 果物	軟飯 豆腐と玉ねぎの柔らか煮 南瓜の柔らか煮 青菜のすまし汁 果物	全粥 人参と大根のつぶし煮 じゃが芋のすまし汁	軟飯 人参と大根の柔らか煮 じゃが芋のすまし汁
月	(主な材料) 米 豆腐 玉ねぎ 南瓜 ほうれん草 果物			(主な材料) 米 人参 大根 じゃが芋	
12	10倍がゆ 大根と人参ペースト すまし汁	全粥 白菜とトマトのつぶし煮 大根と人参のつぶし煮 南瓜のすまし汁 果物	軟飯 白菜とトマトの柔らか煮 大根と人参の柔らか煮 南瓜のすまし汁 果物	全粥 青菜と玉ねぎのつぶし煮 じゃが芋のすまし汁	軟飯 青菜と玉ねぎの柔らか煮 じゃが芋のすまし汁
火	(主な材料) 米 大根 人参 白菜 トマト 南瓜 果物			(主な材料) 米 ほうれん草 玉ねぎ じゃが芋	
13	10倍がゆ 豆腐と冬瓜ペースト すまし汁	全粥 豆腐と冬瓜のつぶし煮 南瓜ときゅうりのつぶし煮 じゃが芋のすまし汁 果物	軟飯 豆腐と冬瓜の柔らか煮 南瓜ときゅうりの柔らか煮 じゃが芋のすまし汁 果物	全粥 さつま芋と人参のつぶし煮 青菜のすまし汁	軟飯 さつま芋と人参の柔らか煮 青菜のすまし汁
水	(主な材料) 米 豆腐 冬瓜 南瓜 きゅうり じゃが芋 果物			(主な材料) 米 さつま芋 人参 ほうれん草	
14	10倍がゆ 大根と人参ペースト すまし汁	全粥 白身魚と青菜のつぶし煮 大根と人参のつぶし煮 キャベツのすまし汁 果物	軟飯 白身魚と青菜の柔らか煮 大根と人参の柔らか煮 キャベツのすまし汁 果物	全粥 さつま芋と南瓜のつぶし煮 あおさのすまし汁	軟飯 さつま芋と南瓜の柔らか煮 あおさのすまし汁
木	(主な材料) 米 白身魚 チンゲン菜 大根 人参 キャベツ 果物			(主な材料) 米 さつま芋 南瓜 あおさ	
15	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 さつま芋のつぶし煮 青菜のすまし汁 果物	軟飯 豆腐と人参のつぶし煮 さつま芋の柔らか煮 青菜のすまし汁 果物	全粥 大根とじゃが芋のつぶし煮 きゅうりのすまし汁	軟飯 大根とじゃが芋の柔らか煮 きゅうりのすまし汁
金	(主な材料) 米 豆腐 人参 さつま芋 小松菜 果物			(主な材料) 米 大根 じゃが芋 きゅうり	



※ 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4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 → ベタベタ	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 キャベツと人参のペースト すまし汁 	全粥 白身魚と青菜のつぶし煮 キャベツと人参のつぶし煮 大根のすまし汁 果物	軟飯 白身魚と青菜の柔らか煮 キャベツと人参の柔らか煮 大根のすまし汁 果物	全粥 南瓜と玉ねぎのつぶし煮 きゅうりのすまし汁	軟飯 南瓜と玉ねぎの柔らか煮 きゅうりのすまし汁
土	(主な材料) 米 白身魚 小松菜 キャベツ 人参 大根 果物			(主な材料) 米 南瓜 玉ねぎ きゅうり	
18	10倍がゆ ささみと人参ペースト すまし汁	全粥 ささみと人参のつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 きゅうりのすまし汁 果物	軟飯 ささみと人参の柔らか煮 じゃが芋の柔らか煮 きゅうりのすまし汁 果物	全粥 さつまいもと南瓜のつぶし煮 わかめのすまし汁	軟飯 さつまいもと南瓜の柔らか煮 わかめのすまし汁
月	(主な材料) 米 ささみ 人参 じゃが芋 きゅうり 果物			(主な材料) 米 さつまいも 南瓜 わかめ 	
19	10倍がゆ 大根と青菜のペースト すまし汁	全粥 豆腐と南瓜のつぶし煮 大根と青菜のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁 果物	軟飯 豆腐と南瓜の柔らか煮 大根と青菜の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁 果物	全粥 キャベツと人参のつぶし煮 じゃが芋のすまし汁	軟飯 キャベツと人参の柔らか煮 じゃが芋のすまし汁
火	(主な材料) 米 豆腐 南瓜 大根 小松菜 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 キャベツ 人参 じゃが芋	
20	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 人参と玉ねぎのつぶし煮 さつまいものすまし汁 果物	軟飯 ささみと青菜の柔らか煮 人参と玉ねぎの柔らか煮 さつまいものすまし汁 果物	全粥 南瓜ときゅうりのつぶし煮 大根のすまし汁	軟飯 南瓜ときゅうりの柔らか煮 大根のすまし汁
水	(主な材料) 米 ささみ 小松菜 人参 玉ねぎ さつまいも 果物			(主な材料) 米 南瓜 きゅうり 大根	
21	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 南瓜のつぶし煮 じゃが芋のすまし汁 果物	軟飯 白身魚と玉ねぎの柔らか煮 南瓜の柔らか煮 じゃが芋のすまし汁 果物	全粥 人参と大根のつぶし煮 キャベツのすまし汁	軟飯 人参と大根の柔らか煮 キャベツのすまし汁
木	(主な材料) 米 白身魚 玉ねぎ 南瓜 じゃが芋 果物			(主な材料) 米 人参 大根 キャベツ	
22	10倍がゆ 冬瓜と人参のペースト すまし汁	全粥 果物 冬瓜と人参のつぶし煮 キャベツときゅうりのつぶし煮 豆腐のすまし汁	軟飯 果物 冬瓜と人参の柔らか煮 キャベツときゅうりの柔らか煮 豆腐のすまし汁	全粥 南瓜と玉ねぎのつぶし煮 青菜のすまし汁	軟飯 南瓜と玉ねぎの柔らか煮 青菜のすまし汁
金	(主な材料) 米 冬瓜 人参 キャベツ きゅうり 豆腐 果物			(主な材料) 米 南瓜 玉ねぎ ほうれん草	
23	 春の親子遠足				
土					
25	10倍がゆ 大根と青菜のペースト すまし汁	全粥 しらすと人参のつぶし煮 大根のつぶし煮 オクラのすまし汁	軟飯 しらすと人参の柔らか煮 大根の柔らか煮 オクラのすまし汁	全粥 さつまいもと玉ねぎのつぶし煮 あおさのすまし汁	軟飯 さつまいもと玉ねぎの柔らか煮 あおさのすまし汁
月	(主な材料) 米 しらす 大根 人参 小松菜 オクラ 果物			(主な材料) 米 さつまいも 玉ねぎ あおさ	
26	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 じゃが芋のつぶし煮 南瓜のすまし汁 果物	軟飯 豆腐と青菜のやわらか煮 じゃが芋の柔らか煮 南瓜のすまし汁 果物	全粥 さつまいもと人参のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 さつまいもと人参の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁
火	(主な材料) 米 豆腐 小松菜 じゃが芋 南瓜 果物			(主な材料) 米 さつまいも 人参 玉ねぎ 	
27	10倍がゆ ささみとレタスペースト すまし汁	全粥 果物 ささみと人参のつぶし煮 レタスとブロッコリーのつぶし煮 青菜のすまし汁	軟飯 果物 ささみと人参の柔らか煮 レタスとブロッコリーの柔らか煮 青菜のすまし汁	全粥 じゃが芋としらすのつぶし煮 オクラのすまし汁	軟飯 じゃが芋としらすの柔らか煮 オクラのすまし汁
水	(主な材料) 米 ささみ レタス 人参 ブロッコリー ほうれん草 果物			(主な材料) 米 じゃが芋 しらす オクラ	
28	10倍がゆ さつまいもと人参ペースト すまし汁	全粥 豆腐と人参のつぶし煮 冬瓜と青菜のつぶし煮 さつまいものすまし汁 果物	軟飯 豆腐と人参の柔らか煮 冬瓜と青菜の柔らか煮 さつまいものすまし汁 果物	全粥 じゃが芋とキャベツのつぶし煮 トマトのすまし汁	軟飯 じゃが芋とキャベツの柔らか煮 トマトのすまし汁
木	(主な材料) 米 豆腐 人参 冬瓜 ほうれん草 さつまいも 果物			(主な材料) 米 じゃが芋 キャベツ トマト	
29	 昭和の日				
金					
30	10倍がゆ じゃが芋ペースト すまし汁	全粥 じゃが芋と白菜のつぶし煮 キャベツと人参のつぶし煮 ゆし豆腐 果物	軟飯 じゃが芋と白菜の柔らか煮 キャベツと人参の柔らか煮 ゆし豆腐 果物	全粥 南瓜と玉ねぎのつぶし煮 青菜のすまし汁	軟飯 南瓜と玉ねぎの柔らか煮 青菜のすまし汁
土	(主な材料) 米 じゃが芋 白菜 キャベツ 人参 ゆし豆腐 果物			(主な材料) 米 南瓜 玉ねぎ チンゲン菜	

※ 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。

