



令和4年
11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	火	肉うどん もずくのかき揚げ 青菜の白和え 果物	牛肉 かまぼこ もずく しらす 卵 豆腐 ツナ 牛乳 油揚げ	うどん 片栗粉 砂糖 小麦粉 油 ごま 米	ねぎ 生姜 玉ねぎ 人参 からし菜 果物 ほろれん草	牛乳 野菜いなりずし	
2日	水	わかめご飯 ささみのピカタ 青菜のおかか和え かみかみごぼろ 玉ねぎのみそ汁 果物	鶏ささみ 卵 米かつお わかめ みそ 牛乳 ツナ	米 押麦 小麦粉 油 ごま 砂糖 片栗粉 そうめん	小松菜 ごぼろ 人参 玉ねぎ しめじ にんにく 白ねぎ キヤベツ たら 果物	牛乳 そうめんちゃんぷるー	
3日	木	文化の日					
4日	金	黒米ご飯 さばの塩焼き きゅうりのおかか和え 南瓜のそぼろ煮 豚汁 果物	さば 米かつお 鶏ミンチ 豚肉 みそ 豚レバー 牛乳	米 黒米 油 砂糖 片栗粉 ちんぴんミックス	きゅうり 生姜 人参 いんげん 南瓜 大根 長ネギ ごぼろ 果物	牛乳 ちんぴん	
5日	土	ビビンバ丼 春雨サラダ ゆし豆腐 果物	牛肉 みそ ツナ ゆし豆腐 牛乳	米 砂糖 ごま油 ごま 春雨 ココアの実	しょうが にんにくもやし 小松菜 人参 きゅうり パプリカ ねぎ 果物	牛乳 ココアの実	
7日	月	麦ご飯 チンジャオロース 野菜春巻き 豆腐の中華スープ 果物	豚肉 豆腐 チーズ	米 押麦 片栗粉 油 じゃが芋 砂糖 ごま油 春巻き さつま芋	ピーマン 人参 大根の葉 コーン 果物	ヤクルト さつまポテトフライ	
8日	火	ロールパン マカロニグラタン ブロッコリーごま和え 牛肉スープ 果物	鶏肉 生クリーム チーズ ひじき 牛肉 卵 のり 牛乳	パン マカロニ 小麦粉 パター ごま 砂糖 油みそ	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 大根 えのき ねぎ 果物	牛乳 油みそおにぎり	
9日	水	玄米ご飯 レバーのゴマソース 野菜炒め 白菜のみそ汁 フルーツヨーグルト	豚レバー 青のり みそ ちくわ 油揚げ きなこ ヨーグルト 牛乳	米 玄米 油 砂糖 ごま 片栗粉 くず粉 黒糖	ほうれん草 人参 しめじ 玉ねぎ 生姜 白菜 大根の葉 果物缶	牛乳 くずもち	
10日	木	麦ご飯 れんこん入りつくね 青菜と米こんにやくソーテー 大根とわかめのみそ汁 果物	鶏ミンチ 豆腐 ツナ 油揚げ わかめ みそ 牛乳	米 押麦 パン粉 砂糖 油 こんにやく 小麦粉 ココア パター	玉ねぎ れんこん しょうが 小松菜 人参 大根 しめじ 果物	牛乳 ブラウニー	
11日	金	玄米ご飯 さばのカレー揚げ 青菜のごま和え クープイリチー かぼちゃのみそ汁 果物	さば 昆布 豚肉 みそ 卵 牛乳	米 玄米 小麦粉 カレー粉 油 ごま 米こんにやく チョコ ケーキミックス	生姜 小松菜 切干大根 人参 南瓜 玉ねぎ 大根の葉 果物	牛乳 チョコチップクッキー	
12日	土	チャーハン チーズ 春雨中華和え わかめスープ 果物	ウインナー チーズ ささみ 豆腐 わかめ 牛乳	米 油 春雨 ごま油 砂糖 ごま クリームワッフル	人参 玉ねぎ ピーマン きゅうり パプリカ コーン 果物	牛乳 クリームワッフル	
14日	月	麦ご飯 白身魚のケチャップあん パンイライチー じゃが芋のみそ汁 果物	白身魚 ツナ みそ おから 牛乳	米 押麦 片栗粉 油 マヨネーズ じゃが芋 バター 砂糖 小麦粉	生姜 パパイヤ 人参 たら しめじ チンゲン菜 果物	牛乳 おからマドレーズ	
15日	火	女七五三お祝い膳☆ ちらし寿司 和風ハンバーグ フライドポテト お花魁のすまし汁 フルーツ盛り	卵 のり ハンバーグ 豆腐 牛乳	米 砂糖 じゃが芋 油 花魁 かるかん	人参 椎茸 れんこん 絹さや 大根 みつば 果物	牛乳 かるかん	
16日	水	野菜そば もずく酢 ごまじゃが 果物	豚肉 もずく 鮭 わかめ 牛乳	沖湯そば 油 ごま じゃが芋 砂糖 米	キャベツ 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 ねぎ きゅうり 果物	牛乳 しゃけとわかめのおにぎり	
17日	木	あわご飯 スパニッシュオムレツ 青菜のソーテー クリームスープ 果物	卵 牛乳 ハム チーズ 枝豆 鶏肉 さつま揚げ 牛乳	米 もちきび じゃが芋 バター 油 小麦粉 紅芋粉 ラード 砂糖	トマト ほろれん草 人参 えのき 白菜 玉ねぎ マッシュルーム 果物	牛乳 紅芋ちんすこう	
18日	金	秋の遠足					牛乳 きなこクリームサンド
19日	土	麻婆丼 ナムル コーンスープ 杏仁フルーツ	豆腐 豚ミンチ みそ ちくわ 牛乳	米 ごま油 砂糖 片栗粉 ごま 杏仁豆腐 どれ焼き	人参 玉ねぎ 椎茸 たけのこ たら 生姜 にんにくもやし コーン きゅうり パプリカ ほろれん草 果物缶	牛乳 どら焼き	
21日	月	玄米ご飯 魚の西京焼き かぼちゃのごままぶし キャベツ炒め けんちん汁 果物	白身魚 みそ 豚肉 ウインナー 牛乳	米 玄米 油 砂糖 ごま 里芋 さつま芋	長ネギ 生姜 南瓜 キャベツ 玉ねぎ 人参 大根 椎茸 大根の葉 果物	牛乳 大学芋	
22日	火	ドライカレー ボイルウインナー ひじきと枝豆のサラダ かきたまスープ 果物	合徳きんち 豚レバー ウインナー 大豆 卵 ひじき 枝豆 チーズ ツナ のり 牛乳	米 押麦 カレー粉 油 砂糖 マヨネーズ ごまドレッシング	人参 玉ねぎ ピーマン にんにく マッシュルーム レーズン コーン パプリカ えのき 果物	牛乳 ツナマヨおにぎり	
23日	水	勤労感謝の日					
24日	木	あわご飯 チキン南蛮 からし菜チャンプルー 大根のみそ汁 果物	鶏肉 卵 豆腐 ツナ 油揚げ みそ しらす 青のり 牛乳	米 もちきび 小麦粉 油 砂糖 マヨネーズ	玉ねぎ パプリカ からし菜 人参 大根 しめじ ねぎ パセリ キャベツ 果物	牛乳 お好み焼き	
25日	金	ふりかけご飯 さばの霜焼き風 かりかりきゅうり 人参しりしり なすのみそ汁 果物	さば 卵 油揚げ みそ ウインナー 豆腐	米 押麦 片栗粉 油 砂糖 ごま油 ごま パン マヨネーズ	きゅうり 生姜 人参 玉ねぎ たら なす ねぎ キャベツ 果物	豆乳ココア ホットドック	
26日	土	ブルコギ 鶏肉ときゅうりのごま和え ゆし豆腐 果物	牛肉 ささみ ゆし豆腐 牛乳	米 小麦粉 ごま油 砂糖 春雨 ごま	玉ねぎ 人参 ちんげん菜 レタス にんにく トマト 生姜 ねぎ 果物		
28日	月	タコライス コロケ 青菜のスープ 果物	合徳きんち チーズ 豚肉 卵 牛乳	米 押麦 砂糖 油 カレー粉 コロケ ごま ごま油 小麦粉 黒糖 ケーキミックス パター	玉ねぎ 人参 にんにく レタス トマト ほろれん草 長ねぎ 果物	牛乳 くんぺん	
29日	火	あわご飯 焼肉 マカロニサラダ きのこのみそ汁 果物	牛肉 卵 みそ チーズ ウインナー 牛乳	米 もちきび 片栗粉 砂糖 ごま油 マカロニ マヨネーズ 食パン パター	玉ねぎ キャベツ 人参 ピーマン にんにく 生姜 パプリカ きゅうり えのき しめじ 椎茸 大根の葉 果物	牛乳 ピザトースト	
30日	水	★お誕生日会★ ケチャップライス チキンナゲット 春雨サラダ ミネストローネ 果物	鶏もも 鶏ミンチ 豆腐 ツナ ウインナー 牛乳	米 押麦 パター 油 パン粉 春雨 砂糖 マカロニ ケーキ	ピーマン 玉ねぎ きゅうり パプリカ キャベツ 人参 トマト 果物	ジュース お誕生日ケーキ	

☆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。





11月 離乳食献立表



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	トトロロ⇒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（粗みじん切り）	絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	バナナ位（粗みじん切り）
1	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全粥 豆腐と人参のつぶし煮 オクラと玉ねぎのつぶし煮 もずくのすまし汁 果物	軟飯 豆腐と人参の柔らか煮 オクラと玉ねぎの柔らか煮 もずくのすまし汁 果物	全粥 しらすと青菜のつぶし煮 冬瓜のすまし汁	軟飯 しらすと青菜の柔らか煮 冬瓜のすまし汁
火	(主な材料) 米 豆腐 人参 オクラ 玉ねぎ もずく 果物			(主な材料) 米 しらす ほうれん草 冬瓜	
2	10倍がゆ さつま芋と人参ペースト すまし汁	全粥 ささみと青菜のつぶし煮 さつま芋と人参のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁 果物	軟飯 ささみと青菜の柔らか煮 さつま芋と人参の柔らか煮 玉ねぎのみそ汁 果物	全粥 キャベツとツナのつぶし煮 わかめのすまし汁	軟飯 キャベツとツナの柔らか煮 わかめのすまし汁
水	(主な材料) 米 ささみ 小松菜 さつま芋 人参 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 キャベツ ツナ わかめ	
3	文化の日				
木					
4	10倍がゆ 南瓜ペースト すまし汁	全粥 白身魚ときゅうりのつぶし煮 煮 南瓜のつぶし煮 大根のすまし汁 果物	軟飯 白身魚ときゅうりの柔らか煮 煮 南瓜の柔らか煮 大根のすまし汁 果物	全粥 いんげんのそぼろ煮 人参のすまし汁	軟飯 いんげんのそぼろ煮 人参のすまし汁
金	(主な材料) 米 白身魚 きゅうり 南瓜 大根 果物			(主な材料) 米 鶏ミンチ いんげん 人参	
5	10倍がゆ ゆし豆腐ペースト 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 ゆし豆腐 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 ゆし豆腐 果物	全粥 きゅうりと人参のつぶし煮 ブロッコリーのすまし汁	軟飯 きゅうりと人参の柔らか煮 ブロッコリーのすまし汁
土	(主な材料) 米 ささみ 小松菜 人参 玉ねぎ ゆし豆腐 果物			(主な材料) 米 きゅうり 人参 ブロッコリー	
7	10倍がゆ キャベツペースト すまし汁	全粥 豆腐とオクラのつぶし煮 人参と玉ねぎのつぶし煮 キャベツのすまし汁 果物	軟飯 豆腐とオクラの柔らか煮 玉ねぎと人参の柔らか煮 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
月	(主な材料) 米 豆腐 オクラ 人参 玉ねぎ キャベツ 果物			(主な材料) 米 さつま芋 南瓜 あおさ	
8	10倍がゆ ささみと人参のペースト すまし汁	全粥 ささみと人参のつぶし煮 アスパラとひじきのつぶし煮 煮 大根のすまし汁 果物	軟飯 ささみと青菜の柔らか煮 アスパラとひじきの柔らか煮 煮 大根のすまし汁 果物	全粥 しらすと人参のつぶし煮 キャベツのすまし汁	軟飯 しらすと人参の柔らか煮 キャベツのすまし汁
火	(主な材料) 米 ささみ 人参 ブロッコリー ひじき 大根 果物			(主な材料) 米 しらす 人参 キャベツ	
9	10倍がゆ 白菜と人参ペースト すまし汁	全粥 鶏レバーと南瓜のつぶし煮 白菜と人参のつぶし煮 青菜のすまし汁 果物	軟飯 鶏レバーと南瓜の柔らか煮 白菜と人参の柔らか煮 青菜のすまし汁 果物	全粥 白身魚とさつま芋の つぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 白身魚とさつま芋の 柔らか煮 玉ねぎのすまし汁
水	(主な材料) 米 鶏レバー 南瓜 白菜 人参 ほうれん草 果物			(主な材料) 米 白身魚 さつま芋 玉ねぎ	
10	10倍がゆ 豆腐と青菜ペースト すまし汁	全粥 豆腐と青菜のつぶし煮 大根のつぶし煮 わかめのすまし汁 果物	軟飯 豆腐と青菜の柔らか煮 大根の柔らか煮 わかめのすまし汁 果物	全粥 ブロッコリーのそぼろ煮 あおさのすまし汁	軟飯 ブロッコリーのそぼろ煮 あおさのすまし汁
木	(主な材料) 米 豆腐 小松菜 大根 わかめ 果物			(主な材料) 米 鶏ミンチ ブロッコリー あおさ	
11	10倍がゆ 白身魚と南瓜ペースト すまし汁	全粥 白身魚と南瓜のつぶし煮 青菜と玉ねぎのつぶし煮 白菜のすまし汁 果物	軟飯 白身魚と南瓜の柔らか煮 青菜と玉ねぎの柔らか煮 白菜のすまし汁 果物	全粥 オクラとなすのつぶし煮 キャベツのすまし汁	軟飯 オクラとなすの柔らか煮 キャベツのすまし汁
金	(主な材料) 米 白身魚 南瓜 小松菜 玉ねぎ 白菜 果物			(主な材料) 米 オクラ ナス キャベツ	
12	10倍がゆ さつま芋ペースト すまし汁	全粥 豆腐とアスパラのつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁 果物	軟飯 豆腐とアスパラの柔らか煮 さつま芋の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁 果物	全粥 ささみと青菜のつぶし煮 南瓜のすまし汁	軟飯 ささみと青菜の柔らか煮 南瓜のすまし汁
土	(主な材料) 米 豆腐 さつま芋 ブロッコリー 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 ささみ 小松菜 南瓜	
14	10倍がゆ 白身魚と人参ペースト すまし汁	全粥 果物 白身魚と人参のつぶし煮 アスパラと玉ねぎのつぶし煮 煮 じゃが芋のすまし汁	軟飯 果物 白身魚と人参の柔らか煮 アスパラと玉ねぎの柔らか煮 煮 じゃが芋のすまし汁	全粥 ささみと人参のつぶし煮 青菜のすまし汁	軟飯 ささみと人参の柔らか煮 青菜のすまし汁
月	(主な材料) 米 白身魚 人参 ブロッコリー 玉ねぎ じゃが芋 果物			(主な材料) 米 ささみ 人参 チンゲン菜	
15	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 青菜と南瓜のつぶし煮 わかめのすまし汁 果物	軟飯 豆腐と人参のつぶし煮 青菜と南瓜のつぶし煮 わかめのすまし汁 果物	全粥 オクラのそぼろ煮 冬瓜のすまし汁	軟飯 オクラのそぼろ煮 冬瓜のすまし汁
火	(主な材料) 米 豆腐 人参 ほうれん草 南瓜 わかめ 果物			(主な材料) 米 鶏ミンチ オクラ 冬瓜	

※ 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。





11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
状態	ヨーグルト状	絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	バナナ位(粗みじん切り)	絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	バナナ位(粗みじん切り)
16	10倍がゆ 白身魚のペースト すまし汁 	全粥 白身魚と青菜のつぶし煮 キャベツときゅうりのつぶし煮 じゃが芋のすまし汁 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 さつま芋と白菜のつぶし煮 わかめのすまし汁	軟飯 さつま芋と白菜の柔らか煮 わかめのすまし汁 
水	(主な材料) 米 白身魚 チンゲン菜 キャベツ きゅうり じゃが芋 果物			(主な材料) 米 さつま芋 白菜 わかめ	
17	10倍がゆ じゃが芋ペースト すまし汁	全粥 じゃが芋のそぼろ煮 白菜と玉ねぎのつぶし煮 トマトのすまし汁 果物	軟飯 野菜のそぼろ煮 青菜と玉ねぎの柔らか煮 トマトのすまし汁 果物	全粥 南瓜と人参のつぶし煮 青菜のすまし汁	軟飯 南瓜と人参の柔らか煮 青菜のすまし汁
木	(主な材料) 米 鶏ミンチ じゃが芋 白菜 玉ねぎ トマト 果物			(主な材料) 米 南瓜 人参 ほうれん草	
18	秋の遠足 			全粥 ささみと人参のつぶし煮 ブロッコリーのすまし汁	軟飯 ささみと人参の柔らか煮 ブロッコリーのすまし汁
金	(主な材料) 米 ささみ 人参 ブロッコリー 			(主な材料) 米 ささみ 人参 ブロッコリー	
19	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 青菜と玉ねぎのつぶし煮 きゅうりのすまし汁 果物	軟飯 豆腐と人参の柔らか煮 青菜と玉ねぎの柔らか煮 きゅうりのすまし汁 果物	全粥 オクラのそぼろ煮 なすのすまし汁	軟飯 オクラのそぼろ煮 なすのすまし汁
土	(主な材料) 米 豆腐 人参 ほうれん草 玉ねぎ きゅうり 果物			(主な材料) 米 鶏ミンチ オクラ なす	
21	10倍がゆ 白身魚と南瓜のペースト すまし汁 	全粥 白身魚と南瓜のつぶし煮 キャベツと玉ねぎのつぶし煮 わかめのすまし汁 果物	軟飯 白身魚と南瓜の柔らか煮 キャベツと玉ねぎの柔らか煮 わかめのすまし汁 果物	全粥 大根と人参のつぶし煮 さつま芋のすまし汁	軟飯 大根と人参の柔らか煮 さつま芋のすまし汁
月	(主な材料) 米 白身魚 南瓜 キャベツ 玉ねぎ わかめ 果物 			(主な材料) 米 大根 人参 さつま芋	
22	10倍がゆ 人参と玉ねぎペースト すまし汁	全粥 ひじきのそぼろ煮 人参と玉ねぎのつぶし煮 あおさのすまし汁 果物	軟飯 ひじきのそぼろ煮 人参と玉ねぎの柔らか煮 あおさのすまし汁 果物	全粥 ブロッコリーと白菜の つぶし煮 オクラのすまし汁	軟飯 ブロッコリーと白菜の 柔らか煮 オクラのすまし汁
火	(主な材料) 米 鶏ミンチ ひじき 人参 玉ねぎ あおさ 果物			(主な材料) 米 ブロッコリー 白菜 オクラ	
23	勤労感謝の日  				
水					
24	10倍がゆ 南瓜と玉ねぎペースト すまし汁	全粥 白身魚とキャベツのつぶし煮 南瓜と玉ねぎのつぶし煮 大根のすまし汁 果物	軟飯 白身魚とキャベツの柔らか煮 南瓜と玉ねぎの柔らか煮 大根のすまし汁 果物	全粥 ささみとなすのつぶし煮 白菜のすまし汁	軟飯 ささみとなすの柔らか煮 白菜のすまし汁
木	(主な材料) 米 白身魚 キャベツ 南瓜 玉ねぎ 大根 果物			(主な材料) 米 ささみ なす 白菜	
25	10倍がゆ トマトときゅうりペースト すまし汁	全粥 豆腐のそぼろ煮 トマトときゅうりのつぶし煮 青菜のすまし汁 果物	軟飯 豆腐のそぼろ煮 トマトときゅうりの柔らか煮 青菜のすまし汁 果物	全粥 人参とオクラのつぶし煮 キャベツのすまし汁	軟飯 人参とオクラの柔らか煮 キャベツのすまし汁
金	(主な材料) 米 豆腐 鶏ミンチ トマト きゅうり ほうれん草 果物			(主な材料) 米 人参 オクラ キャベツ	
26	10倍がゆ ゆし豆腐ペースト すまし汁	全粥 ささみと人参のつぶし煮 南瓜と青菜のつぶし煮 ゆし豆腐 果物	軟飯 ささみと人参の柔らか煮 南瓜と青菜の柔らか煮 ゆし豆腐 果物	全粥 しらすとトマトのつぶし煮 レタスのすまし汁	軟飯 しらすとトマトの柔らか煮 レタスのすまし汁 
土	(主な材料) 米 ささみ 人参 南瓜 チンゲン菜 ゆし豆腐 果物			(主な材料) 米 しらす トマト レタス	
28	10倍がゆ 人参と玉ねぎペースト すまし汁	全粥 ささみとレタスのつぶし煮 人参と玉ねぎのつぶし煮 わかめのすまし汁 果物	軟飯 ささみとレタスのつぶし煮 人参と玉ねぎの柔らか煮 わかめのすまし汁 果物	全粥 南瓜と青菜のつぶし煮 なすのすまし汁	軟飯 南瓜と青菜の柔らか煮 なすのすまし汁
月	(主な材料) 米 ささみ レタス 人参 玉ねぎ わかめ 果物			(主な材料) 米 ほうれん草 南瓜 なす	
29	10倍がゆ きゅうりと玉ねぎペースト すまし汁	全粥 果物 豆腐と人参のつぶし煮 きゅうりと玉ねぎのつぶし煮 キャベツのすまし汁	軟飯 果物 豆腐と人参の柔らか煮 きゅうりと玉ねぎの柔らか煮 キャベツのすまし汁	全粥 しらすと大根のつぶし煮 さつま芋のすまし汁	軟飯 しらすと大根の柔らか煮 さつま芋のすまし汁
火	(主な材料) 米 豆腐 人参 きゅうり 玉ねぎ キャベツ 果物			(主な材料) 米 しらす 大根 さつま芋	
30	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 じゃが芋と人参のつぶし煮 なすのみそ汁 果物	軟飯 白身魚の柔らか煮 じゃが芋と人参の柔らか煮 なすのみそ汁 果物	全粥 キャベツのそぼろ煮 あおさのすまし汁	軟飯 キャベツのそぼろ煮 あおさのすまし汁
水	(主な材料) 米 白身魚 じゃが芋 人参 なす 果物			(主な材料) 米 鶏ミンチ キャベツ あおさ	



※ 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。

