



予定献立表



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	木	はんだまご飯 さばのみそ煮 オクラのおかか和え 青菜ソテー そうめん汁 果物	さば みそ 糸かつお さつま揚げ ウィンナー チーズ 牛乳	米 押麦 油 砂糖 そうめん バター 食パン	はんだま しょうが 小松菜 えのき 人参 椎茸 ねぎ 玉ねぎ ピーマン 果物	牛乳 ピザトースト
2日	金	玄米ご飯 鶏肉の梅マヨ焼き 麩チャンプルー 里芋のみそ汁 果物	鶏肉 車麩 卵 ツナ みそ 牛乳	米 玄米 マヨネーズ 砂糖 油 里芋 小麦粉 ケーキミックス 黒糖	大葉 玉ねぎ 人参 しめじ ちんげん菜 果物	牛乳 くんぺん
3日	土	スパゲティーナポリタン ごぼうサラダ キャベツのスープ フルーツヨーグルト	ウィンナー 枝豆 ささみ ひじき ヨーグルト 牛乳	スパゲティ バター マヨネーズ ごま ココアの実	玉ねぎ 人参 ピーマン ごぼう キャベツ コーン パセリ 果物缶	牛乳 ココアの実
5日	月	ドライカレー チーズ 野菜サラダ 春雨スープ 果物	合挽きミンチ 豚レバー チーズ 大豆 卵 牛乳	米 押麦 油 ゴマドレ 春雨 アイスクリーム せんべい	人参 玉ねぎ ピーマン レーズン マッシュルーム ブロッコリー パプリカ カリフラワー ちんげん菜 果物	アイスクリーム せんべい
6日	火	ご飯 白身魚のケチャップあん 千切りイリチー へちまのみそ汁 果物	白身魚 豚肉 ゆし豆腐 みそ 卵 ツナ 牛乳	米 押麦 こんにゃく 油 小麦粉	玉ねぎ えのき ピーマン 切干大根 人参 椎茸 へちま ねぎ キャベツ 果物	牛乳 ヒラヤーチー
7日	水	牛丼 白菜の和え物 里芋のみそ汁 果物	牛肉 ちくわ わかめ きなこ みそ 糸かつお 牛乳	米 こんにゃく 里芋 食パン バター 砂糖	玉ねぎ 人参 グリーンピース 白菜 きゅうり 貝割大根 果物	牛乳 きなこクリームサンド
8日	木	玄米ご飯 きんめだいの煮つけ ツナと青菜のサラダ じゃが芋のみそ汁 果物	白身魚 厚揚げ ツナ 豚肉 卵 みそ 牛乳	米 玄米 砂糖 じゃが芋 小麦粉 バター	大根 人参 ブロッコリー しょうが レタス トマト ほうれん草 玉ねぎ 大根の葉 果物	牛乳 ブラウニー
9日	金	沖縄そば きゅうりとしらすの和え物 焼きいも 果物	豚肉 かまぼこ しらす みそ 牛乳	沖縄そば ねぎ さつま芋 ごま油 米	ねぎ きゅうり 果物	牛乳 油みそおにぎり
10日	土	中華丼 春雨のごま和え きのこ青菜スープ 果物	豚肉 ツナ 牛乳	米 押麦 油 砂糖 ごま ごま油 たら焼き	白菜 人参 ちんげん菜 椎茸 きくらげ しょうが きゅうり パプリカ ほうれん草 しめじ 長ねぎ 果物	牛乳 たら焼き
12日	月	黒米ご飯 銀だらの西京焼き 粉ふき芋 人参しりしり アーザ汁 果物	銀だら 青のり 卵 あおさ みそ 豆腐 牛乳	米 黒米 油 じゃが芋 バター ラード 黒糖 砂糖 小麦粉	長ねぎ 人参 玉ねぎ なら 果物	牛乳 ちんすこう
13日	火	麦ご飯 れんこん入りつくね 青菜と糸こんにゃくソテー 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 豆乳	米 押麦 パン粉 砂糖 油 こんにゃく ケーキミックス ココア	玉ねぎ れんこん しょうが 小松菜 人参 大根 しめじ 果物	豆乳ココア 人参スコーン
14日	水	お弁当会				牛乳 りんごのマフィン
15日	木	あわご飯 さばの蒲焼き ひじきの五目煮 果物 きゅうりのおかか和え 南瓜のみそ汁	さば 糸かつお 鶏肉 ひじき みそ 牛乳	米 あわ 砂糖 油 ごま 小麦粉 ケーキミックス たら焼き	きゅうり 人参 たけのこ いんげん かぼちゃ 玉ねぎ 貝割大根 果物	牛乳 チョコチップクッキー
16日	金	焼きそば 青菜のみそマヨ和え 牛肉スープ 杏仁フルーツ	豚肉 みそ 牛肉 豚ミンチ ひじき 牛乳	焼きそば麺 油 マヨネーズ ごま油 ごま 米	キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし ピーマン ほうれん草 えのき パプリカ 大根 人参 ねぎ 果物缶	牛乳 ジュースおにぎり
17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 ドームケーキ	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 ドームケーキ
19日	月	敬老の日				牛乳 りんごのマフィン
20日	火	玄米ご飯 麻婆豆腐 スパゲティサラダ 中華スープ 果物	豆腐 豚ミンチ みそ 卵 さけ わかめ	米 玄米 ごま油 砂糖 サラスパ マヨネーズ 春雨 ごま	人参 玉ねぎ 椎茸 たけのこ なら にんにく しょうが パプリカ きゅうり ちんげん菜 コーン 果物	ヤクルト しゃけとわかめおにぎり
21日	水	わかめご飯 南瓜の煮物 レバーフライ・甘だれ漬け 白菜の和え物 かぶのみそ汁 果物	豚レバー 卵 ツナ 油揚げ みそ ヨーグルト 牛乳	米 小麦粉 パン粉 油 砂糖 小麦粉	かぼちゃ 白菜 人参 きゅうり かぶ ほうれん草 果物 パナナ	牛乳 パナナケーキ
22日	木	あわご飯 さばのカレー揚げ 青菜のごまあえ クープイリチー なすのみそ汁 果物	さば 昆布 豚肉 油揚げ みそ 卵 おから 牛乳	米 もちきび 小麦粉 カレー粉 油 ごま 砂糖 こんにゃく ケーキミックス 小麦粉	小松菜 生姜 切干大根 人参 なす しめじ ねぎ 果物	牛乳 おからマドレーヌ
23日	金	秋分の日				牛乳 りんごのマフィン
24日	土	焼肉チャーハン 大根の和え物 和風春雨スープ 果物	牛肉 ちくわ 豆腐 牛乳	米 油 ごま油 砂糖 春雨	玉ねぎ 人参 ピーマン 大根 きゅうり オクラ 果物	
26日	月	さつま芋ご飯 さばの照焼き 牛肉とごぼうの炒め 玉ねぎのみそ汁 果物	さば 牛肉 油揚げ みそ 鶏ミンチ 牛乳	米 さつま芋 ごま 砂糖 小麦粉 こんにゃく ごま油	ごぼう 人参 玉ねぎ しょうが ねぎ 果物	牛乳 鶏そぼろおにぎり
27日	火	あわご飯 ぎせい豆腐 クープイリチー なすのみそ汁 果物	豆腐 卵 豚肉 油揚げ みそ 昆布 鶏ミンチ 牛乳	米 もちきび 砂糖 こんにゃく 油 ケーキミックス	玉ねぎ パプリカ 椎茸 切干大根 人参 なす しめじ ねぎ 果物	牛乳 マーブルケーキ
28日	水	チキンライス ブロッコリー 魚フライ・タルタルソース 果物 キャベツサラダ クリームスープ	鶏肉 白身魚 卵 ウィンナー 牛乳	米 小麦粉 小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ じゃが芋 誕生日ケーキ	玉ねぎ ピーマン ピクルス キャベツ ブロッコリー 人参 もやし セロリ マッシュルーム コーン 果物	ジュース お誕生日ケーキ
29日	木	あわご飯 ツナとポテトのソテー ひじき入り豆腐ハンバーグ パンクンスープ 果物	豆腐 合挽きミンチ ひじき 卵 ツナ 牛乳	米 もちきび 小麦粉 パン粉 じゃが芋 油 食パン 砂糖 小麦粉	玉ねぎ 人参 コーン パプリカ グリーンピース ピーマン 果物	牛乳 メロンパン風トースト
30日	金	黒米ご飯 魚のマヨネーズ焼き 筑前煮 青菜のおかか和え 豆腐のみそ汁 果物	たら 鶏肉 豆腐 みそ 糸削り きなこ 牛乳	米 マヨネーズ 砂糖 里芋 油 芋くず 紅芋粉	しょうが 玉ねぎ パプリカ ピーマン 小松菜 ごぼう たけのこ きぬさや えのき ねぎ 椎茸 果物	牛乳 紅芋くずもち

☆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。





9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
目安	ヨーグルト状	絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	果物位(粗みじん切り)	絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	果物位(粗みじん切り)
1	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 わかめのすまし汁 果物	軟飯 白身魚の青菜あんかけ 大根と人参の柔らか煮 わかめのみそ汁 果物	全粥 ささみとブロッコリー のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 ささみとブロッコリー の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁
木	(主な材料) 米 白身魚 ほうれん草 大根 人参 わかめ 果物			(主な材料) 米 ささみ ブロッコリー 玉ねぎ	
2	10倍がゆ 玉ねぎと青菜ペースト 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 青菜のすまし汁 果物	軟飯 ささみとキャベツの柔らか 煮 人参と玉ねぎの柔らか 煮 青菜のすまし汁 果物	全粥 冬瓜とキャベツのつぶし煮 人参のすまし汁	軟飯 冬瓜とキャベツの柔らか煮 人参のすまし汁
金	(主な材料) 米 ささみ キャベツ 人参 玉ねぎ チンゲン菜 果物			(主な材料) 米 冬瓜 キャベツ 人参	
3	10倍がゆ さつまいもペースト すまし汁	全粥 青菜とひじきのつぶし煮 キャベツと玉ねぎのつぶし 煮 さつまいも汁 果物	軟飯 青菜とひじきの柔らか煮 キャベツと玉ねぎの柔らか 煮 さつまいも汁 果物	全粥 南瓜と人参のつぶし煮 なすのすまし汁	軟飯 南瓜と人参の柔らか煮 なすのすまし汁
土	(主な材料) 米 ほうれん草 ひじき キャベツ 玉ねぎ さつまいも 果物			(主な材料) 米 南瓜 人参 なす	
5	10倍がゆ 青菜ペースト すまし汁	全粥 人参のそぼろ煮 大根と青菜のつぶし煮 わかめのすまし汁 果物	軟飯 人参のそぼろ煮 大根と青菜の柔らか煮 わかめのすまし汁 果物	全粥 ブロッコリーとしらすの つぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 ブロッコリーとしらすの 柔らか煮 玉ねぎのすまし汁
月	(主な材料) 米 鶏ミンチ 人参 大根 チンゲン菜 わかめ 果物			(主な材料) 米 ブロッコリー しらす 玉ねぎ	
6	10倍がゆ 白身魚と人参ペースト すまし汁	全粥 白身魚と人参のつぶし煮 玉ねぎとオクラのつぶし煮 なすすまし汁 果物	軟飯 白身魚と人参の柔らか煮 玉ねぎとオクラの柔らか煮 なすすまし汁 果物	全粥 ささみといんげんの つぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 ささみといんげんの 柔らか煮 玉ねぎのすまし汁
火	(主な材料) 米 白身魚 人参 玉ねぎ オクラ なす 果物			(主な材料) 米 ささみ いんげん 玉ねぎ	
7	10倍がゆ しらすと人参ペースト すまし汁	全粥 しらすと人参のつぶし煮 白菜ときゅうりのつぶし煮 わかめのすまし汁 果物	軟飯 しらすと人参の柔らか煮 白菜ときゅうりの柔らか煮 わかめのすまし汁 果物	全粥 さつまいもと南瓜のつぶし煮 あおさのすまし汁	軟飯 さつまいもと南瓜の柔らか煮 あおさのすまし汁
水	(主な材料) 米 しらす 人参 白菜 きゅうり わかめ 果物			(主な材料) 米 さつまいも 南瓜 あおさ	
8	10倍がゆ 南瓜ペースト すまし汁	全粥 白身魚と人参のつぶし煮 レタスとトマトのつぶし煮 玉ねぎのすまし汁 果物	軟飯 白身魚と人参の柔らか煮 レタスとトマトの柔らか煮 玉ねぎのすまし汁 果物	全粥 青菜のそぼろ煮 人参のすまし汁	軟飯 青菜のそぼろ煮 人参のすまし汁
木	(主な材料) 米 白身魚 人参 レタス トマト 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 鶏ミンチ ほうれん草 人参	
9	10倍がゆ しらすとさつまいもペースト すまし汁	全粥 果物 しらすとさつまいものつぶし 煮 きゅうりと人参のつぶし 煮 あおさのすまし汁	軟飯 果物 しらすとさつまいもの柔らか 煮 きゅうりと人参の柔らか 煮 あおさのすまし汁	全粥 白身魚と玉ねぎのつぶし煮 青菜のすまし汁	軟飯 白身魚と玉ねぎの柔らか煮 青菜のすまし汁
金	(主な材料) 米 しらす さつまいも きゅうり 人参 あおさ 果物			(主な材料) 米 白身魚 玉ねぎ 小松菜	
10	10倍がゆ ささみと青菜ペースト すまし汁	全粥 ささみと青菜のつぶし煮 白菜ときゅうりのつぶし煮 なすのすまし汁 果物	軟飯 ささみと青菜の柔らか煮 白菜ときゅうりの柔らか煮 なすのすまし汁 果物	全粥 しらすと人参のつぶし煮 わかめのすまし汁	軟飯 しらすと人参の柔らか煮 わかめのすまし汁
土	(主な材料) 米 ささみ チンゲン菜 白菜 きゅうり なす 果物			(主な材料) 米 しらす 人参 わかめ	
12	10倍がゆ じゃが芋と玉ねぎペースト すまし汁	全粥 果物 白身魚と人参のつぶし煮 じゃが芋と玉ねぎのつぶし 煮 あおさのすまし汁	軟飯 果物 白身魚と人参の柔らか煮 じゃが芋と玉ねぎの柔らか 煮 あおさのすまし汁	全粥 人参のそぼろ煮 キャベツのすまし汁	軟飯 人参のそぼろ煮 キャベツのすまし汁
月	(主な材料) 米 白身魚 人参 じゃが芋 玉ねぎ あおさ 果物			(主な材料) 米 鶏ミンチ 人参 キャベツ	
13	10倍がゆ 青菜と人参ペースト すまし汁	全粥 オクラのそぼろ煮 青菜と人参のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁 果物	軟飯 オクラのそぼろ煮 青菜と人参の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁 果物	全粥 白身魚と人参のつぶし煮 ブロッコリーのすまし汁	軟飯 白身魚と人参の柔らか煮 ブロッコリーのすまし汁
火	(主な材料) 米 鶏ミンチ オクラ 小松菜 人参 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 白身魚 人参 ブロッコリー	
14	お弁当会			全粥 玉ねぎのそぼろ煮 オクラのすまし汁	軟飯 玉ねぎのそぼろ煮 オクラのすまし汁
水				(主な材料) 米 鶏ミンチ 玉ねぎ オクラ	
15	10倍がゆ 南瓜と人参ペースト すまし汁	全粥 白身魚ときゅうりのつぶし 煮 南瓜のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁 果物	軟飯 白身魚ときゅうりの柔らか 煮 南瓜の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁 果物	全粥 ささみとさつまいもの つぶし煮 あおさのすまし汁	軟飯 ささみとさつまいもの 柔らか煮 あおさのすまし汁
木	(主な材料) 米 白身魚 きゅうり 南瓜 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 ささみ さつまいも 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。





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)	果物位 (粗みじん切り)	絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	果物位 (粗みじん切り)
16	10倍がゆ キャベツと大根ペースト すまし汁	全粥 キャベツとひじきのつぶし 煮 青菜のそぼろ煮 大根のすまし汁 果物	軟飯 キャベツとひじきの柔らか 煮 青菜のそぼろ煮 大根のすまし汁 果物	全粥 なすと人参のつぶし煮 南瓜のすまし汁	軟飯 なすと人参の柔らか煮 南瓜のすまし汁
金	(主な材料) 米 キャベツ ひじき 鶏ミンチ ほうれん草 大根 果物			(主な材料) 米 なす 人参 かぼちゃ	
17	10倍がゆ ゆし豆腐ペースト すまし汁	全粥 野菜のそぼろ煮 大根ときゅうりのつぶし煮 ゆし豆腐 果物	軟飯 野菜のそぼろ煮 大根ときゅうりの柔らか煮 ゆし豆腐 果物	全粥 さつま芋と青菜のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 さつま芋と青菜の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁
土	(主な材料) 米 ゆし豆腐 鶏ミンチ 人参 小松菜 大根 きゅうり 果物			(主な材料) 米 さつま芋 ほうれん草 玉ねぎ	
19	<h2>敬老の日</h2>				
20	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全粥 豆腐と青菜つぶし煮 人参のつぶし煮 冬瓜のすまし汁 果物	軟飯 豆腐と青菜柔らか煮 人参の柔らか煮 冬瓜のすまし汁 果物	全粥 南瓜としらすのつぶし煮 キャベツのすまし汁	軟飯 南瓜としらすの柔らか煮 キャベツのすまし汁
火	(主な材料) 米 豆腐 チンゲン菜 人参 玉ねぎ 冬瓜 果物			(主な材料) 米 南瓜 しらす キャベツ	
21	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 人参ときゅうりのつぶし煮 白菜のすまし汁 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 白菜のすまし汁 果物	全粥 かぶと人参のつぶし煮 わかめのすまし汁	軟飯 かぶと人参の柔らか煮 わかめのすまし汁
水	(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 かぶ 人参 わかめ	
22	10倍がゆ 白身魚と人参ペースト すまし汁	全粥 白身魚と人参のつぶし煮 冬瓜とさつま芋のつぶし煮 青菜のすまし汁 果物	軟飯 白身魚と人参の柔らか煮 冬瓜とさつま芋の柔らか煮 青菜のすまし汁 果物	全粥 レタスと青菜のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 レタスと青菜の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁
木	(主な材料) 米 白身魚 人参 冬瓜 さつま芋 小松菜 果物			(主な材料) 米 レタス 人参 玉ねぎ	
23	<h2>秋分の日</h2>				
24	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全粥 豆腐とオクラのつぶし煮 大根ときゅうりのつぶし煮 人参のすまし汁 果物	軟飯 豆腐とオクラの柔らか煮 大根ときゅうりの柔らか煮 人参のすまし汁 果物	全粥 さつま芋と南瓜のつぶし煮 わかめのすまし汁	軟飯 さつま芋と南瓜の柔らか煮 わかめのすまし汁
土	(主な材料) 米 豆腐 オクラ 大根 きゅうり 人参 果物			(主な材料) 米 さつま芋 南瓜 わかめ	
26	10倍がゆ 白身魚ペースト すまし汁	全粥 白身魚と青菜のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁 果物	軟飯 白身魚と青菜の柔らか煮 さつま芋の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁 果物	全粥 人参のそぼろ煮 白菜のすまし汁	軟飯 人参のそぼろ煮 白菜のすまし汁
月	(主な材料) 米 白身魚 ほうれん草 さつま芋 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 鶏ミンチ 人参 白菜	
27	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 なすと玉ねぎのつぶし煮 青菜のすまし汁 果物	軟飯 豆腐と人参の柔らか煮 なすと玉ねぎの柔らか煮 青菜のすまし汁 果物	全粥 人参と冬瓜のつぶし煮 キャベツのすまし汁	軟飯 人参と冬瓜の柔らか煮 キャベツのすまし汁
火	(主な材料) 米 豆腐 人参 なす 玉ねぎ ほうれん草 果物			(主な材料) 米 人参 冬瓜 キャベツ	
28	10倍がゆ じゃが芋ペースト すまし汁	全粥 果物 白身魚とブロッコリーのつ ぶし煮 じゃが芋のつぶし 煮 キャベツのすまし汁	軟飯 果物 白身魚とブロッコリーの柔 らか煮 じゃが芋の柔らか 煮 キャベツのすまし汁	全粥 しらすと南瓜のつぶし煮 青菜のすまし汁	軟飯 しらすと南瓜の柔らか煮 青菜のすまし汁
水	(主な材料) 米 白身魚 ブロッコリー じゃが芋 キャベツ 果物			(主な材料) 米 しらす かぼちゃ 小松菜	
29	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 南瓜のつぶし煮 かぶのすまし汁 果物	軟飯 豆腐とひじきの柔らか煮 南瓜の柔らか煮 かぶのすまし汁 果物	全粥 いんげんと人参のつぶし煮 青菜のすまし汁	軟飯 いんげんと人参の柔らか煮 青菜のすまし汁
木	(主な材料) 米 豆腐 ひじき 南瓜 かぶ 果物			(主な材料) 米 いんげん 人参 ほうれん草	
30	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁	全粥 白身魚と人参のつぶし煮 青菜と玉ねぎのつぶし煮 キャベツのすまし汁 果物	軟飯 白身魚と人参の柔らか煮 青菜と玉ねぎの柔らか煮 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 白菜のすまし汁	軟飯 さつま芋と南瓜の柔らか煮 白菜のすまし汁
金	(主な材料) 米 白身魚 人参 小松菜 玉ねぎ キャベツ 果物			(主な材料) 米 さつま芋 南瓜 白菜	

※ 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。

