

6月 幼児食こんだて

令和4年 6月 幼児食こんだて ※赤・黄・緑の食べ物のグループ分けは、6つの基礎食品(厚生労働省)と、食べ物の3つのはたらき(文部科学省)をもとにしています。(作成者) 管理栄養士 高 貴子

日曜	献立名	おやつ			おもな材料(昼食)			日曜	献立名	おやつ			おもな材料(昼食)		
		午前(1・2歳児)	午後(1〜5歳児)		あか	きいろ	みどり			午前(1・2歳児)	午後(1〜5歳児)		あか	きいろ	みどり
1	豚肉ビビンバ マカロニサラダ みそ汁 オレンジ	鉄ウエハース	揚げパン ミルク	歯と口の衛生週間	豚薄切り肉 卵 油揚げ わかめ	精白米 カルライナス マカロニ	ほうれん草 もやし 人参 レーズン きゅうり 大根	16	雑穀ご飯 西京焼き きんぴらごぼう 温サラダ 春雨スープ オレンジ	せんべい ゼリー	白身魚 ちくわ 豚薄切り肉	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	ごぼう 人参 糸こんにゃく しめじ グリーンピー ス ブロッコリー		
2	雑穀ご飯 肉みそ豆腐 コンニャクのソテー 胡瓜中華風 コーンスープ パナナ	せんべい	黒糖アガサー ミルク		厚揚げ 豚ひき肉 ささみ	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	玉ねぎ 糸こんにゃく 人参 ほうれん草 きゅうり コーン	17	雑穀ご飯 すり身揚げ 人参シリシリー ゴマじゃが みそ汁 パイン缶	カルシウムウエハース スイートポテト ミルク	すりみ 卵 豚薄切り肉 豆腐 わかめ	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび じゃが芋	人参 ブロッコリー もやし とうが ん パイン		
3	桜えびと青菜のごはん 鮭のカップ焼き ごぼうサラダ みそ汁 りんご	カルシウムウエハース	ごま菓子 ミルク		桜エビ 鮭 ささみ わかめ 豆腐	精白米 カルライナス	小松菜 玉ねぎ しめじ ピーマン ごぼう カイワレ大 根	18	雑穀ご飯 納豆みそ ポイルウインナー ブロッコリーのソテー 豚汁 オレンジ	胚芽クラッカー 亀の甲せんべい ミルク	納豆 ツナ缶 ウインナー 豚肉	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	ブロッコリー キャベツ 大根 干椎茸 人参 オレンジ		
4	雑穀ご飯 ポイルウインナー 人参シリシリー スティックきゅうり すまし汁 オレンジ	胚芽クラッカー	タンナファクル ミルク		ウインナー 豚薄切り肉 卵 豆腐 もずく	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	人参 ブロッコリー もやし きゅうり えのきたけ オレンジ	20	じゃこ入り梅ごはん ちくわの磯辺揚げ 八宝菜 みそ汁 りんご	カルシウムウエハース ミルク	じゃこ ちくわ 卵 豚薄切り肉 油揚げ わかめ	精白米 カルライナス	白米 人参 たけのこ 干椎茸 大根 青しそ		
6	雑穀ご飯 チキン照り焼き 春雨の中華炒め オレンジ 芋とひじきのサラダ レタススープ	カルシウムウエハース	パンピング ミルク		鶏もも肉 豚ひき肉 ひじき わかめ 卵	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび 春雨 さつま芋	たけのこ 人参 キャベツ しめじ レタス 玉ねぎ	21	雑穀ご飯 豆腐ハンバーグ 昆布イリチー ホウレン草ゴマあえ みそ汁 オレンジ	りんご 冷やしそうめん 麦茶	牛ひき肉 豚ひき肉 豆腐 豚三枚肉 ツナ わかめ	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび じゃが芋	玉ねぎ 刻み昆布 かんぴょう 人参 糸こんにゃく ほうれん草		
7	雑穀ご飯 さばのみそ煮 ゴーヤーチャンプルー 甘酢和え そうめん汁 オレンジ	りんご	大学芋 豆乳		さば 豆腐 ツナ 卵 しらす干し わかめ	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび そうめん	にがうり 玉ねぎ 人参 もやし しめじ きゅうり	22	ロールパン ポテトのグラタン トマトサラダ 豚肉と白菜のスープ スイカ	鉄ウエハース 誕生ケーキ 野菜ジュース お誕生会	鶏ささみ 豚薄切り肉 チーズ	ロールパン じゃが芋	玉ねぎ 人参 ブロッコリー トマト レタス キャベツ 干椎茸		
8	★お弁当会★ 愛情たっぷりのお弁当 お願いします	スティックパン ミルク						24	チキンカレー 温サラダ わかめスープ 桃缶	カルシウムウエハース せんべい 固形ヨーグルト	鶏もも肉 しらす干し わかめ	精白米 カルライナス じゃが芋	人参 玉ねぎ ブロッコリー きゅうり 大根 みつば		
9	雑穀ご飯 揚げ魚のケチャップあん 蒸しかぼちゃ すまし汁 切干大根のごま酢あえ スイカ	ブルー	ゴーヤーケーキ ミルク		白身魚 鶏もも肉 わかめ	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	切干大根 人参 きゅうり ごぼう たけのこ しめじ	25	焼きそば きゅうりの甘酢あえ ゆし豆腐 パナナ	胚芽クラッカー どらやき ミルク	豚薄切り肉 しらす干し ゆし豆腐 あおさ	焼きそば めん 人参 玉ねぎ きゅうり パナナ			
10	雑穀ご飯 鶏肉のさっぱり煮 パクチョイ炒め マッシュポテト もずくスープ パイン缶	カルシウムウエハース	レモンラスク ミルク		鶏もも肉 かまぼこ もずく	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび じゃが芋	パクチョイ 人参 しめじ 玉ねぎ ほうれん草	27	雑穀ご飯 納豆みそ 豚肉しょうが焼き ひじきの五目煮 ブロッコリー みそ汁 オレンジ	カルシウムウエハース せんべい プリン	納豆 ツナ 豚薄切り肉 ひじき 油揚げ わかめ	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび じゃが芋	赤ピーマン 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく ねぎ ブロッコリー		
11	雑穀ご飯 肉じゃが スライストマト ひじきのフレンチあえ みそ汁 オレンジ	胚芽クラッカー	くろ棒 ミルク		豚薄切り肉 ひじき ハム わかめ 豆腐	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび じゃが芋	人参 玉ねぎ 糸こんにゃく グリーンピー ス しめじ へちま	28	鶏めし 魚の照り焼き トマトサラダ あおさ汁 スイカ	バナナ ジャムサンド 豆乳	鶏もも肉 赤魚 豆腐 あおさ	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	トマト レタス きゅうり 干椎茸 ねぎ		
13	雑穀ご飯 豚肉のみそ焼き ブロッコリー炒め ツナ和え みそ汁 オレンジ	カルシウムウエハース	ペイドチーズケーキ ミルク		豚もも肉 ひじき 油揚げ ツナ わかめ	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび じゃが芋	赤ピーマン 玉ねぎ 人参 いんげん キャベツ きゅうり えのきたけ	29	沖縄そば かき揚げ 枝豆 ヨーグルトサラダ	鉄ウエハース わかめおにぎり 麦茶 小魚	豚肉 丸かまぼこ 卵 ちくわ 枝豆	沖縄そば 精白米 カルライナス あわ	刻み昆布 ねぎ キャベツ きゅうり かぼちゃ オレンジ		
14	雑穀ご飯 白身魚のから揚げ南蛮風 南瓜のそぼろ煮 おかか和え みそ汁 りんご	バナナ	ちんぴん 豆乳		白身魚 豚ひき肉 油揚げ	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	長ねぎ かぼちゃ 玉ねぎ きゅうり キャベツ えのき	30	へちまどんぶり パンピングサラダ カリカリきゅうり みそ汁 オレンジ	ブルー バナナケーキ ミルク	鶏ひき肉 ツナ わかめ 豆腐	精白米 カルライナス じゃが芋	人参 玉ねぎ しめじ へちま ニラ 大根 きゅうり		
15	スパゲティミートソース コーンサラダ 野菜スープ フルーツのヨーグルトあえ	鉄ウエハース	大根葉おにぎり 麦茶 小魚		牛ひき肉 豚ひき肉 粉チーズ プレーンヨー グルト	スパゲティ 精白米	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン ブロッコリー								

★ 材料、行事、その他の都合により、献立を変更することがあります。 ★ 食物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。
★ 「離乳食の献立表」は、該当者だけにお配りしています。 ★ 幼児食移行期(1歳〜1歳半頃)は、咀嚼能力にあわせて調理形態や食材を替える場合があります。





【令和4年】

- ★ 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、個人差を考慮します。
- ★ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月頃です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。

【NO1】 (作成者) 管理栄養士 高 貴子

回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月令	5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
形態	なめらかにすりつぶした状態	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
固さ	プレーンヨーグルト状(ごっくん)	絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	バナナ位(かみかみ)	絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	バナナ位(かみかみ)
1	10倍がゆ(とろとろ) ほうれん草ペースト 大根ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 ほうれん草 鶏ささみ りんご 人参 大根 わかめ オレンジ</small>	菜がゆ(べたべた) 鶏ささみのりんご煮 みそ汁 オレンジ	菜がゆ ⇒ 軟飯 鶏ささみのりんご煮 みそ汁 オレンジ	きなこがゆ(べたべた) 豆腐の二色あえ そうめん汁 りんご <small>米 きなこ 豆腐 ほうれん草 人参 そうめん りんご</small>	きなこがゆ ⇒ 軟飯 豆腐の二色あえ そうめん汁 りんご
2	10倍がゆ(とろとろ) 絹ごし豆腐のすり流し ほうれん草ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 絹ごし豆腐 人参 ほうれん草 玉ねぎ 麩 わかめ りんご</small>	みどりがゆ(べたべた) あけぼの豆腐 みそ汁 りんご	みどりがゆ ⇒ 軟飯 あけぼの豆腐 みそ汁 りんご	人参がゆ(べたべた) 鶏と野菜のうま煮 くたくたそうめん汁 バナナ <small>米 人参 ささみ じゃが芋 玉ねぎ ほうれん草 そうめん</small>	人参がゆ ⇒ 軟飯 鶏と野菜のうま煮 そうめん汁 バナナ
3	10倍がゆ(とろとろ) 豆腐のすり流し 人参ペースト 野菜スープ <small>(主な材料) 米 豆腐 人参 白身魚 小松菜 あおさ 麩 バナナ</small>	人参がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 あおさ汁 バナナ	人参がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 あおさ汁 バナナ	全がゆ(べたべた) あけぼの豆腐 根菜スープ りんご <small>米 豆腐 人参 じゃが芋 玉ねぎ クリームコーン缶 りんご</small>	ひじきがゆ ⇒ 軟飯 あけぼの豆腐 根菜スープ りんご
4	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト 豆腐のすり流し 野菜スープ <small>(主な材料) 米 鶏ささみ 人参 ブロッコリー 玉ねぎ 絹ごし豆腐 あおさ オレンジ</small>	全がゆ(べたべた) 鶏と野菜のうま煮 あおさ汁 オレンジ	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏と野菜のうま煮 あおさ汁 オレンジ	おじや ひき割り納豆 みそ汁 りんご <small>米 人参 玉ねぎ ブロッコリー ひき割り納豆 じゃが芋 りんご</small>	おじや ひき割り納豆 みそ汁 りんご
6	10倍がゆ(とろとろ) 魚とキャベツのすり流し 人参ペースト 野菜スープ <small>(主な材料) 米 さつまい芋 人参 玉ねぎ キャベツ 白身魚 大根 レタス りんご</small>	全がゆ(べたべた) さつまい芋と野菜のだし煮 魚スープ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 さつまい芋と野菜のだし煮 魚スープ りんご	おじや 野菜スープ ゆるゆるりんごゼリー <small>米 キャベツ 鶏肉 人参 玉ねぎ クリームコーン缶 りんご</small>	ひじき入りおじや 野菜スープ ゆるゆるりんごゼリー
7	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し かぼちゃペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 しらす干し 豆腐 玉ねぎ 人参 かぼちゃ そうめん オレンジ</small>	しらすがゆ(べたべた) 炒り豆腐 くたくたそうめん汁 オレンジ	しらすがゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 そうめん汁 オレンジ	全がゆ(べたべた) 煮魚とさつまい芋だんご みそ汁 りんご <small>米 白身魚 ブロッコリー 玉ねぎ さつまい芋 わかめ 人参 りんご</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 煮魚とさつまい芋だんご みそ汁 りんご
8	10倍がゆ(とろとろ) ブロッコリーペースト 人参ペースト 野菜スープ <small>(主な材料) 米 小松菜 豆腐 ブロッコリー 人参 じゃが芋 あおさ オレンジ</small>	菜がゆ(べたべた) 豆腐の二色あん みそ汁 オレンジ	菜がゆ ⇒ 軟飯 豆腐の二色あん みそ汁 オレンジ	おじや きゅうりのおかか煮 鶏スープ りんご <small>米 人参 ツナ缶 きゅうり 鶏ささみ 玉ねぎ ブロッコリー りんご</small>	おじや きゅうりのおかか煮 鶏スープ りんご
9	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し かぼちゃペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 白身魚 人参 かぼちゃ 玉ねぎ 白菜 クリームコーン缶 スイカ</small>	全がゆ(べたべた) 白身魚のトマト煮風 かぼちゃスープ スイカゼリー	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のトマト煮風 かぼちゃスープ スイカゼリー	全がゆ(べたべた) 鶏肉のりんご煮 白菜スープ バナナ <small>米 鶏肉 りんご 人参 白菜 じゃが芋 バナナ</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏肉のりんご煮 白菜スープ りんご
10	10倍がゆ(とろとろ) 豆腐のすり流し ポテトすり流し すまし汁 <small>(主な材料) 米 人参 じゃが芋 パクチョイ 絹ごし豆腐 そうめん オレンジ</small>	人参がゆ(べたべた) グリーンマッシュポテト 豆腐入り煮そうめん オレンジ	人参がゆ ⇒ 軟飯 グリーンマッシュポテト 豆腐入り煮そうめん オレンジ	あおさがゆ(べたべた) 白身魚のミルク煮 根菜スープ りんご <small>米 あおさ 白身魚 大根 パクチョイ じゃが芋 人参 りんご</small>	あおさがゆ ⇒ 軟飯 白身魚のミルク煮 根菜スープ りんご
11	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト ポテトすり流し すまし汁 <small>(主な材料) 米 じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 わかめ 豆腐 スイカ</small>	全がゆ(べたべた) ツナじゃが みそ汁 スイカ	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが みそ汁 スイカ	トマトがゆ(べたべた) きゅうりのおかか煮 かぼちゃスープ りんご <small>米 トマト きゅうり かぼちゃ 玉ねぎ クリームコーン缶 りんご</small>	トマトがゆ ⇒ 軟飯 きゅうりのおかか煮 かぼちゃスープ りんご
13	10倍がゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 サラダ菜 鶏ささみ りんご じゃが芋 人参 わかめ みかん</small>	菜がゆ(べたべた) 鶏ささみのりんご煮 根菜みそ汁 みかん	菜がゆ ⇒ 軟飯 鶏ささみのりんご煮 根菜みそ汁 みかん	全がゆ(べたべた) 人参ツナ煮 納豆汁 りんご <small>米 人参 玉ねぎ ツナ缶 ひき割り納豆 じゃが芋 キャベツ りんご</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 人参ツナ煮 納豆汁 手づかみ人参 りんご
14	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト 大根すり流し 野菜スープ <small>(主な材料) 米 白身魚 大根 人参 キャベツ りんご</small>	全がゆ(べたべた) 白身魚のおろし煮 野菜スープ りんごゼリー	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のおろし煮 野菜スープ りんごゼリー	みそおじや きゅうりのおかか煮 あおさ汁 オレンジ <small>米 大根 人参 キャベツ きゅうり あおさ 麩 オレンジ</small>	みそおじや きゅうりのおかか煮 あおさ汁 オレンジ

※ 離乳食の進め方など気になることは、担任の先生へお気軽にお問合せください。



【 NO 2 】

離乳食こんだて (令和4年 6月)

回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月令	5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
形態 固さ	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(ごつくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)
15 水	10倍がゆ(とろとろ) とろとろきなこバナナ ポテトとトマトのだし煮 すまし汁 	おじや つぶしトマト チキンスープ バナナヨーグルト	おじや トマト チキンスープ バナナヨーグルト	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のだし煮 みそ汁 オレンジ	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のだし煮 みそ汁 オレンジ
(主な材料) 米 玉ねぎ ツナ缶 人参 トマト 鶏ささみ ジャが芋 クリームコーン缶 バナナ プレーンヨーグルト 米 豆腐 ジャが芋 人参 大根 わかめ 麩 オレンジ					
16 木	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し とろとろバナナ 野菜スープ	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 トマトスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 トマトスープ バナナ	みどりがゆ(べたべた) さつま芋二色団子 豆腐のみそ汁 オレンジ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 さつま芋二色団子 豆腐のみそ汁 オレンジ
(主な材料) 米 白身魚 ブロッコリー トマト キャベツ ジャが芋 バナナ 米 ブロッコリー さつま芋 きなこ 冬瓜 人参 豆腐 オレンジ					
17 金	10倍がゆ(とろとろ) ポテトすり流し 豆腐のすり流し とうがんスープ	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のだし煮 とうがんみそ汁 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のだし煮 とうがんみそ汁 りんご	菜がゆ(べたべた) 魚と野菜のトマト煮 ポテトスープ オレンジ	菜がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のトマト煮 ポテトスープ オレンジ
(主な材料) 米 絹ごし 人参 ジャが芋 ブロッコリー とうがん わかめ りんご 米 サニーレタス 白身魚 人参 ブロッコリー ジャが芋 クリームコーン缶					
18 土	10倍がゆ(とろとろ) ほうれん草ペースト 人参ペースト すまし汁	納豆がゆ(べたべた) 根菜みそ汁 オレンジ	納豆がゆ ⇒ 軟飯 根菜みそ汁 オレンジ	おじや マッシュポテト ほうれん草スープ りんご	おじや マッシュポテト ほうれん草スープ りんご
(主な材料) 米 ほうれん草 人参 納豆 大根 オレンジ 米 ツナ缶 大根 ジャが芋 青のり ほうれん草 クリームコーン缶					
20 月	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のみどり煮 人参ペースト すまし汁	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどりあんかけ みそ汁 オレンジ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどりあんかけ みそ汁 オレンジ	青のりかけ全がゆ(べたべた) ツナじゃが風 野菜スープ りんご	青のりかけがゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが風 野菜スープ りんご
(主な材料) 米 白身魚 小松菜 大根 白菜 わかめ オレンジ 米 ツナ缶 玉ねぎ 人参 ジャが芋 キャベツ 小松菜 大根 りんご					
21 火	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト ほうれん草ペースト すまし汁	全がゆ(べたべた) あけぼの豆腐 みそ汁 オレンジ	全がゆ ⇒ 軟飯 あけぼの豆腐 みそ汁 オレンジ	おじや さつま芋のきなこまぶし コーンスープ りんご	おじや さつま芋のきなこまぶし コーンスープ りんご
(主な材料) 米 豆腐 玉ねぎ 人参 ほうれん草 わかめ オレンジ 米 ツナ缶 玉ねぎ 人参 納豆 さつま芋 クリームコーン缶 小松菜					
22 水	10倍がゆ(とろとろ) ポテトすり流し トマトペースト 野菜スープ 	みどりがゆ(べたべた) チキントマト煮 野菜スープ バナナ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 チキントマト煮 野菜スープ バナナ	全がゆ(べたべた) さつま芋と人参のだし煮 みそ汁 スイカゼリー	全がゆ ⇒ 軟飯 さつま芋と人参のだし煮 みそ汁 スイカゼリー
(主な材料) 米 ブロッコリー 鶏肉 ジャが芋 玉ねぎ 人参 トマト キャベツ バナナ 米 さつま芋 人参 絹ごし豆腐 あおさ 小松菜 スイカ					
24 金	10倍がゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト すまし汁	しらすがゆ(べたべた) 鶏と根菜のうま煮 みそ汁 りんご	しらすがゆ ⇒ 軟飯 鶏と根菜のうま煮 みそ汁 りんご	パンがゆ⇒コロコロトースト 白身魚と野菜のトマト風味 バナナ	スティックトースト 白身魚と野菜のトマト風味 バナナ
(主な材料) 米 しらす干し 鶏ささみ ジャが芋 人参 わかめ 麩 りんご 食パン ジャが芋 人参 玉ねぎ 白身魚 バナナ					
25 土	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト とろとろバナナ すまし汁	おじや ゆし豆腐 バナナ	おじや ゆし豆腐 バナナ 	全がゆ(べたべた) 煮かぼちゃ 魚のみそ汁 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 煮かぼちゃ 魚のみそ汁 りんご
(主な材料) 米 人参 キャベツ 玉ねぎ ツナ缶 ゆし豆腐 あおさ バナナ 米 かぼちゃ 玉ねぎ 白身魚 大根 人参 りんご					
27 月	10倍がゆ(とろとろ) ポテトみどり煮 人参ペースト 野菜スープ	みどりがゆ(べたべた) ひき割り納豆 煮かぼちゃ みそ汁 オレンジ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 ひき割り納豆 煮かぼちゃ みそ汁 オレンジ	パンがゆ⇒コロコロトースト チキンスープ バナナヨーグルト	パンがゆ⇒コロコロトースト (ジャム) チキンスープ バナナヨーグルト
(主な材料) 米 ブロッコリー ひき割り納豆 かぼちゃ 人参 玉ねぎ ジャが芋 わかめ オレンジ 食パン 鶏肉 ジャが芋 玉ねぎ 人参 ブロッコリー クリームコーン缶					
28 火	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 人参ペースト すまし汁	おじや 魚のみどり煮 みそ汁 スイカ	おじや 魚のみどり煮 みそ汁 スイカ	菜がゆ(べたべた) 鶏と野菜の煮物 バナナヨーグルト すまし汁	菜がゆ ⇒ 軟飯 鶏と野菜の煮物 バナナヨーグルト すまし汁
(主な材料) 米 人参 グリーンピース 白身魚 レタス 麩 わかめ すいか 米 レタス 鶏ささみ 人参 ジャがいも バナナ プレーンヨーグルト 豆腐					
29 水	10倍がゆ(とろとろ) かぼちゃペースト トマトペースト すまし汁 	全がゆ(べたべた) 具だくさん煮込みそうめん かぼちゃ寒天 スイカ	全がゆ ⇒ 軟飯 具だくさん煮込みそうめん かぼちゃ寒天 スイカ	おじや 魚と野菜のスープ バナナ	おじや 魚と野菜のスープ バナナ
(主な材料) 米 キャベツ 人参 鶏肉 そうめん かぼちゃ 粉寒天 スイカ 米 玉ねぎ キャベツ ツナ 白身魚 レタス 人参 バナナ					
30 木	10倍がゆ(とろとろ) かぼちゃペースト ポテトすり流し すまし汁	全がゆ(べたべた) かぼちゃそぼろ煮風 みそ汁 オレンジ	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃそぼろ煮風 みそ汁 オレンジ	全がゆ(べたべた) 魚と野菜のうま煮 コーンポタージュ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のうま煮 コーンポタージュ りんご
(主な材料) 米 かぼちゃ ジャが芋 鶏肉 大根 あおさ オレンジ 米 白身魚 人参 小松菜 ジャが芋 玉ねぎ クリームコーン缶 りんご					

※ 離乳食の進め方など気になることは、担任の先生へお気軽にお問合せください。