



幼児食こんだて



令和5年

※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 午前(1~2歳児) 午後(1~5歳児)	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	おやつ 午前(1~2歳児) 午後(1~5歳児)	おもな材料(昼食)		
			あか 血や肉・骨 となる	きいろ 熱や力と なる	みどり 体の調子を よくする				あか 血や肉・骨 となる	きいろ 熱や力と なる	みどり 体の調子を よくする
1 土	炊き込みご飯 ウインナー 温サラダ みそ汁 パナナ	胚芽クラッカー タンナファクルー ミルク	鶏もも肉 油揚げ ひじき 豆腐	精白米 カルライナス	人参 ブロッコリー キャベツ トマト 大根 しめじ ねぎ	17 月	雑穀ご飯 豆腐のかき揚げ 切干大根のイリチー みそ汁 りんご	カルシウムエース ちんびん 豆乳	豆腐 卵 ちくわ 油揚げ	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび じゃが芋	人参 ねぎ 干椎茸 切干大根 かんぴょう 糸こんにゃく
3 月	キーマカレー トマトサラダ すまし汁 いちご	鉄ウエハース オートミールスナック ミルク 入園式・進級式	豚ひき肉 わかめ	精白米 カルライナス 押し麦 じゃが芋	人参 玉ねぎ マッシュルーム グリーンピース トマト レタス きゅうり	18 火	雑穀ご飯 豚肉のみそ焼き ひじきのフレンチあえ トマト 大根汁 オレンジ	りんご カルビスゼリー せんべい	豚もも肉 ひじき ハム わかめ 生揚げ	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	赤ピーマン 玉ねぎ サニーレタス きゅうり トマト 大根
4 火	雑穀ご飯 豚肉のゴマソース焼き 野菜チャップルー もずく酢 みそ汁 りんご	りんご スイートポテト ミルク	豚肉スライス 豆腐 ちくわ もずく わかめ	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび さつま芋	キャベツ 人参 もやし コーン缶 きゅうり 大根	19 水	きつねうどん ほうれん草のおかかあえ さつま芋のレモン煮 オレンジ	鉄ウエハース じゃこ入りおにぎり 麦茶 小魚	油揚げ 豚肉スライス なると しらす干し	うどん さつま芋 精白米 あわ	玉ねぎ 人参 ほうれん草 白菜 レモン オレンジ
5 水	スパゲティミートソース マッシュポテト カリカリきゅうり コーンスープ りんご	鉄ウエハース 鮭わかめおにぎり 麦茶 小魚	牛ひき肉 豚ひき肉 チーズ わかめ 卵	スパゲティ じゃが芋	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン きゅうり	20 木	小松菜ごはん 野菜たっぷりさつま揚げ こんにゃくのソテー そうめん汁 パイン缶	ブルーーン ココア蒸しパン ミルク	魚すり身 ささみ 卵	精白米 カルライナス そうめん	小松菜 人参 ごぼう 糸こんにゃく ほうれん草 コーン缶
6 木	たけのこごはん 鮭のみそマヨ焼き 春雨サラダ スライストマト とうがんと汁 りんご	ブルーーン 揚げパン ミルク	鶏もも肉 油揚げ 鮭 ハム わかめ	精白米 カルライナス 春雨	たけのこ もやし きゅうり 人参 トマト とうがんと汁	21 金	雑穀ご飯 魚のコーン風味焼き ブロッコリー かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁 りんご	カルシウムエース 三月菓子 ミルク	白身魚 豚ひき肉 油揚げ わかめ	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	パセリ かぼちゃ 玉ねぎ ブロッコリー とうがんと汁 りんご
7 金	もずく丼 ブロッコリーサラダ ゆし豆腐 パイン缶	カルシウムエース せんべい プリン	豚ひき肉 ゆし豆腐 あおさ もずく	精白米 カルライナス	しょうが ピーマン 赤ピーマン コーン缶 ブロッコリー ねぎ	22 土	春の親子遠足				
8 土	豚肉みそどんぶり 枝豆 すまし汁 オレンジ	胚芽クラッカー スティックパン ミルク	豚もも肉 枝豆 わかめ	精白米 カルライナス	赤ピーマン 玉ねぎ チンゲン菜 干椎茸 たけのこ ねぎ	24 月	雑穀ご飯 チキンのごま焼き マカロニサラダ 白菜の昆布あえ レタスのスープ オレンジ	カルシウムエース ジャムサンド ミルク	鶏もも肉 ツナ缶 わかめ 卵	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび マカロニ	人参 りんご レーズン きゅうり 白菜 レタス
10 月	雑穀ご飯 納豆みそ 肉じゃが ヨーグルトサラダ 春雨スープ	カルシウムエース ゴマ風味焼き菓子 ミルク	ひき割り納豆 豚肉スライス 卵	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび 春雨 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 たけのこ	25 火	カレーピラフ 魚の照り焼き 大豆サラダ ポテトスープ りんご	パナナ せんべい ヨーグルト	鶏もも肉 赤魚 大豆 ツナ缶	精白米 カルライナス じゃが芋	人参 マッシュルーム缶 グリーンピース 人参 きゅうり 小松菜
11 火	雑穀ご飯 豆腐ナゲット きんぴらごぼう みそ汁 桃缶	パナナ レモンラスク ミルク	豆腐 豚ひき肉 卵 鶏もも肉 わかめ	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	玉ねぎ 赤ピーマン サニーレタス ごぼう 糸こんにゃく えのきたけ	26 水	ロールパン 豆腐ハンバーグ ポテトサラダ 枝豆 コーンスープ オレンジ	鉄ウエハース 誕生ケーキ りんごジュース お誕生会	牛ひき肉 豚ひき肉 豆腐 ツナ缶 枝豆	ロールパン じゃが芋	玉ねぎ 人参 きゅうり りんご レーズン ほうれん草
12 水	沖縄そば 焼きかぼちゃ ブロッコリー オレンジ	鉄ウエハース いなり寿司 麦茶 小魚	豚ひき肉 丸かまぼこ 卵	沖縄そば 精白米	ねぎ かぼちゃ コーン缶 ブロッコリー コーン缶 オレンジ	27 木	雑穀ご飯 揚げ魚のケチャップあん 昆布イリチー ツナ和え みそ汁 オレンジ	せんべい オートミールケーキ ミルク	白身魚 ツナ缶 わかめ 豆腐	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	刻み昆布 かんぴょう 人参 糸こんにゃく ほうれん草 えのきたけ
13 木	雑穀ご飯 すり身揚げ 人参シリシリー ゴマじゃが すまし汁 りんご	せんべい さつま芋の蒸しパン ミルク	すり身 卵 豚肉スライス 豆腐	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび じゃが芋	人参 ニラ 青のり ブロッコリー もやし たけのこ	28 金	雑穀ご飯 鶏肉のさっぱり煮 南瓜の煮物 たたききゅうり あおさ汁 オレンジ	カルシウムエース 人参ケーキ 豆乳	鶏もも肉 あおさ	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	かぼちゃ きゅうり 大根 干椎茸 ねぎ オレンジ
14 金	雑穀ご飯 魚のから揚げ南蛮風 切干大根ごま酢あえ なめこ汁 パナナ	カルシウムエース パンピング ミルク	白身魚 ささみ 油揚げ わかめ	精白米 カルライナス じゃが芋	長ねぎ 切干大根 人参 きゅうり ねぎ りんご	29 土	昭和の日				
15 土	雑穀ご飯 麻婆豆腐 スティックきゅうり コーンスープ パナナ	胚芽クラッカー くろ棒 ミルク	豆腐 豚ひき肉	精白米 カルライナス あわ 大麦 きび	生しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ きゅうり コーン缶						

★ 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5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) 人参ペースト トマトペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 あおさ 人参 大根 トマト 豆腐 バナナ</small>	あおさがゆ(べたべた) 野菜と豆腐のスープ バナナ	あおさがゆ ⇒ 軟飯 野菜と豆腐のスープ バナナ 	全がゆ(べたべた) ひき割り納豆 ポテトと野菜のスープ りんご <small>米 ひき割り納豆 大根 鶏肉 人参 ブロccoli ジャが芋 りんご</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 ひき割り納豆 ポテトと野菜のスープ りんご
3	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 人参 ジャが芋 玉ねぎ 豆腐 レタス わかめ いちご</small>	全がゆ(べたべた) 根菜煮つぶし 豆腐のすまし汁 いちご	全がゆ ⇒ 軟飯 根菜煮つぶし 豆腐のすまし汁 いちご	おじや つぶしトマト コーンスープ りんご <small>米 人参 レタス ジャが芋 ツナ缶 トマト クリームコーン缶 玉ねぎ</small>	おじや つぶしトマト コーンスープ りんご
4	10倍がゆ(とろとろ) 豆腐のすり流し 人参ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 豆腐 キャベツ 人参 玉ねぎ 大根 わかめ りんご</small>	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のくたくた煮 おろし大根のみそ汁 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のくたくた煮 おろし大根のみそ汁 りんご	おじや ツナじゃが 人参スープ オレンジ <small>米 キャベツ 玉ねぎ 小松菜 ジャが芋 ツナ缶 人参 オレンジ</small>	おじや ツナじゃが 人参スープ オレンジ
5	10倍がゆ(とろとろ) トマトペースト じゃが芋ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 ジャが芋 人参 トマト 玉ねぎ 鶏ひき肉 クリームコーン缶 りんご</small>	全がゆ(べたべた) ポテトそぼろ煮 コーンスープ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 ポテトそぼろ煮 コーンスープ りんご	納豆がゆ(べたべた) きゅうりのおかか煮 くたくたそうめん汁 バナナ <small>米 ひき割り納豆 きゅうり そうめん 人参 バナナ</small>	納豆がゆ ⇒ 軟飯 きゅうりのおかか煮 そうめん汁 バナナ
6	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 <small>(主な材料) 米 人参 白身魚 ほうれん草 とうがん わかめ 麩 りんご</small>	人参がゆ(べたべた) 煮魚 とうがん汁 りんご	人参がゆ ⇒ 軟飯 煮魚 とうがん汁 りんご	全がゆ(べたべた) 鶏と野菜のスープ煮 さつま汁 オレンジ <small>米 鶏肉 人参 玉ねぎ さつま芋 オレンジ</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏と野菜のスープ煮 さつま汁 オレンジ
7	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 人参 ジャが芋 玉葱 ツナ缶 かぼちゃ ゆし豆腐 あおさ バナナ</small>	おじや かぼちゃ煮物 ゆし豆腐 バナナ	おじや かぼちゃ煮物 ゆし豆腐 バナナ	全がゆ(べたべた) ひき割り納豆 野菜スープ りんご <small>米 ひき割り納豆 ジャが芋 玉ねぎ 人参 トマト りんご</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 ひきわり納豆 野菜スープ りんご
8	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト じゃが芋ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 テンゲン菜 人参 玉ねぎ ジャが芋 ツナ缶 絹ごし豆腐 あおさ オレンジ</small>	みどりがゆ(べたべた) 人参ツナ煮 すまし汁 オレンジ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 人参ツナ煮 すまし汁 オレンジ	全がゆ(べたべた) 白身魚とポテトのマッシュ スープ バナナ <small>米 白身魚 ジャが芋 人参 テンゲン菜 クリームコーン缶 バナナ</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚とポテトのマッシュ スープ バナナ
10	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  <small>(主な材料) 米 白身魚 ジャが芋 人参 キャベツ クリームコーン缶 オレンジ</small>	全がゆ(べたべた) 白身魚と根菜のうま煮 キャベツスープ オレンジ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚と根菜のうま煮 キャベツスープ オレンジ	納豆がゆ(べたべた) ほうれん草のだし煮 くたくたそうめん汁 バナナのヨーグルトあえ <small>米 ひき割り納豆 ほうれん草 そうめん 人参 バナナ ヨーグルト</small>	納豆がゆ ⇒ 軟飯 ほうれん草のだし煮 そうめん汁 バナナのヨーグルトあえ
11	10倍がゆ(とろとろ) 絹ごし豆腐のすり流し 人参ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 絹ごし豆腐 玉ねぎ 枝豆 わかめ サラダ菜 りんご</small>	おじや みそ汁 りんご	おじや みそ汁 りんご	パンがゆ ⇒ コロコロトースト コーンポタージュ バナナ <small>食パン クリームコーン缶 ジャが芋 玉ねぎ 人参 鶏ひき肉</small>	スティックトースト (ジャム) コーンポタージュ バナナ
12	10倍がゆ(とろとろ) かぼちゃペースト 人参ペースト 野菜スープ <small>(主な材料) 米 鶏ささみ かぼちゃ 玉ねぎ 人参 そうめん オレンジ</small>	鶏がゆ(べたべた) かぼちゃの煮物 くたくたそうめん汁 オレンジ	鶏がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃの煮物 そうめん汁 オレンジ	おじや きゅうりのおかか煮 ポテトスープ りんご <small>米 玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり ジャが芋 クリームコーン缶</small>	おじや きゅうりのおかか煮 ポテトスープ りんご
13	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し ブロッコリーのペースト すまし汁  <small>(主な材料) 米 白身魚 玉ねぎ ブロッコリー 麩 わかめ りんご</small>	人参がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 すまし汁 りんご	人参がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 すまし汁 りんご	全がゆ(べたべた) スイートポテト風 みそ汁 オレンジ <small>米 さつま芋 人参 バター 豆腐 オレンジ</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 スイートポテト風 みそ汁 オレンジ



【 NO 2 】

離乳食こんだて(令和5年 4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	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	ブ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)
14 金	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 <small>(主な材料) 米 人参 玉ねぎ 白身魚</small>	おじや 魚のトマト煮 あおさ汁 バナナ <small>(主な材料) じゃが芋 トマト あおさ 絹ごし豆腐 バナナ</small>	おじや 魚のトマト煮 あおさ汁 バナナ <small>(主な材料) じゃが芋 トマト あおさ 絹ごし豆腐 バナナ</small>	全がゆ(べたべた) 鶏ささみと人参のくず煮 ポテトスープ りんご <small>米 鶏ささみ 人参 きゅうり</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏ささみと人参のくず煮 ポテトスープ りんご <small>じゃが芋 玉ねぎ クリームコーン缶 りんご</small>
15 土	10倍がゆ(とろとろ) 絹ごし豆腐のすり流し とろとろバナナ 野菜スープ <small>(主な材料) 米 絹ごし豆腐 人参 玉ねぎ ほうれん草 クリームコーン缶 バナナ</small>	おじや コーンスープ バナナ	おじや コーンスープ 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>	全がゆ ⇒ 軟飯 あけぼの豆腐 根菜スープ りんご
17 月	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 <small>(主な材料) 米 人参 白身魚 ほうれん草 とうがん わかめ 麩 りんご</small>	全がゆ(べたべた) 白身魚のクリーム煮 ポテトスープ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のクリーム煮 ポテトスープ りんご	全がゆ(べたべた) さつま芋とりんごの重ね煮 人参とじゃが芋の煮物 みそ汁 <small>米 さつま芋 バター 人参 じゃが芋 玉ねぎ わかめ 麩</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 さつま芋とりんごの重ね煮 人参とじゃが芋の煮物 みそ汁
18 火	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 リューレス 鶏ささみ トマト缶 玉ねぎ 大根 人参 わかめ オレンジ</small>	葉がゆ(べたべた) 鶏ささみのトマト煮 大根汁 オレンジ	葉がゆ ⇒ 軟飯 鶏ささみのトマト煮 大根汁 オレンジ	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 ひきわり納豆 じゃが芋 りんご</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 人参ツナ煮 納豆汁 りんご
19 水	10倍がゆ(とろとろ) ポテトペースト ほうれん草ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 人参 豆腐 じゃが芋 玉ねぎ ブロッコリー ほうれん草 みかん</small>	人参がゆ(べたべた) 豆腐のだし煮 野菜スープ みかん	人参がゆ ⇒ 軟飯 豆腐のだし煮 野菜スープ みかん	あおさがゆ ブロッコリーのツナ煮 くたくたうどんスープ汁 りんご <small>米 あおさ ブロッコリー 玉ねぎ ツナ缶 うどん 人参 りんご</small>	あおさがゆ ブロッコリーのツナ煮 くたくたうどんスープ汁 りんご
20 木	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 大根ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 白身魚 玉ねぎ 人参 小松菜 キャベツ ほうれん草 りんご</small>	全がゆ(べたべた) 煮魚 みそ汁 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 煮魚 みそ汁 りんご 	葉がゆ(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 小松菜 鶏ささみ じゃが芋 玉ねぎ 人参 ほうれん草</small>	葉がゆ ⇒ 軟飯 鶏と野菜のうま煮 そうめん汁 バナナ
21 金	10倍がゆ(とろとろ) かぼちゃペースト 人参ペースト 冬瓜すり流し汁 <small>(主な材料) 米 豆腐 かぼちゃ 玉ねぎ 人参 とうがん わかめ りんご</small>	全がゆ(べたべた) 炒り豆腐 みそ汁 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 みそ汁 りんご	かぼちゃがゆ 白身魚のミルク煮 コーンポタージュ バナナ <small>米 かぼちゃ 白身魚 人参 きゅうり クリームコーン缶 玉ねぎ</small>	かぼちゃがゆ 白身魚のミルク煮 コーンポタージュ バナナ
22 土	 春の親子遠足				
24 月	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 鶏肉 人参 玉ねぎ ほうれん草 じゃが芋 わかめ バナナ</small>	全がゆ(べたべた) 鶏肉と根菜のうま煮 みそ汁 バナナ	全がゆ(べたべた) 鶏肉と根菜のうま煮 みそ汁 バナナ	パンがゆ⇒コロコロトースト チキンスープ きなこバナナ <small>食パン 鶏肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ クリームコーン缶 バナナ</small>	スティックトースト (ジャム) チキンスープ きなこバナナ
25 火	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 小松菜ペースト ポテトスープ <small>(主な材料) 米 あおさ 白身魚 人参 きゅうり じゃが芋 小松菜 オレンジ</small>	あおさがゆ(べたべた) 煮魚 きゅうりのおかか煮 ポテトスープ オレンジ	あおさがゆ ⇒ 軟飯 煮魚 きゅうりのおかか煮 ポテトスープ オレンジ	みどりがゆ(べたべた) ひき割り納豆 野菜スープ りんご <small>米 ほうれん草 ひき割り納豆 人参 玉ねぎ レタス クリームコーン缶</small>	みどりがゆ ⇒ 軟飯 ひき割り納豆 野菜スープ りんご
26 水	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 <small>(主な材料) 米 豆腐 玉ねぎ 人参 かぼちゃ じゃが芋 クリームコーン缶 オレンジ</small>	全がゆ(べたべた) 炒り豆腐 かぼちゃスープ オレンジ	全がゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 かぼちゃスープ オレンジ	おじや 魚と野菜のスープ ゆるゆるりんごゼリー <small>米 ツナ缶 人参 かぼちゃ 白身魚 玉ねぎ りんご</small>	おじや 魚と野菜のスープ ゆるゆるりんごゼリー
27 木	10倍がゆ(とろとろ) 豆腐のすり流し 人参ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 白身魚 ほうれん草 人参 わかめ オレンジ</small>	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 人参のみそ汁 オレンジ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 人参のみそ汁 オレンジ	おじや ほうれん草のすまし汁 バナナ <small>米 ツナ缶 玉ねぎ 人参 ほうれん草 豆腐 バナナ</small>	おじや ほうれん草のすまし汁 バナナ
28 金	10倍がゆ(とろとろ) かぼちゃと人参のスープ煮 すまし汁 <small>(主な材料) 米 かぼちゃ 人参 大根 鶏ささみ あおさ オレンジ</small>	かぼちゃがゆ(べたべた) 根菜そぼろ煮 あおさ汁 オレンジ	かぼちゃがゆ ⇒ 軟飯 根菜そぼろ煮 あおさ汁 オレンジ	全がゆ(べたべた) 炒り豆腐 大根のみそ汁 りんご <small>米 豆腐 玉ねぎ 人参 大根 わかめ りんご</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 大根のみそ汁 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。