



令和5年

◆昨今の物価上昇や、物流等の諸事情により、やむを得ず、献立や食材の変更がありますことをご承ください。

★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)栄養士 野原正子

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	黒米ごはん 白身魚のカレー風味 昆布イリチー ブロッコリー(マヨ) 春雨スープ ネーブル	バナナ	ココアラスク	保育乳	白身魚 豚三枚肉 絹ごし豆腐	精白米 黒米 強化米 春雨	赤ピーマン 刻み昆布 かんぴょう 人参 ねぎ 糸こんにやく ブロッコリー えのきたけ	17	スパゲティミートソース コーンサラダ フライドポテト もずくスープ スイカ	みせんべい	マシュマロサンド	保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉 わかめ もずく 絹ごし豆腐	スパゲティ じゃが芋	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン Hコーン缶 キャベツ ねぎ えのきたけ
2	のりごはん(強化米入り) 豚肉の香味焼き かぼちゃのそぼろ煮 コーンサラダ そうめん汁 スイカ	みせんべい	ヨーグルトブレッド	保育乳	豚肩ロース 豚ひき肉 わかめ	精白米 強化米 白ゴマ そうめん	長ねぎ かぼちゃ 玉ねぎ Hコーン缶 キャベツ みかん缶 ねぎ スイカ	18	黒米ごはん 沖縄風煮つけ キャベツのツナマヨあえ みそ汁 ネーブル	バナナ	サーターアングダー	保育乳	豚も肉 厚揚げ ツナ缶	精白米 黒米 強化米 白ゴマ	大根 昆布 しめじ 人参 キャベツ へちま ねぎ えのきたけ ネーブル
3	マージンごはん 豆腐ハンバーグ ひじきの煮物 トマトサラダ みそ汁 バナナ	みせんべい	グレープゼリー ビスケット	保育乳	豆腐 豚ひき肉 干ひじき 油揚げ	精白米 強化米 もちきび	玉ねぎ 人参 トマト 小松菜 レタス きゅうり へちま ねぎ えのきたけ	19	ハヤシライス スティックきゅうり(塩) すまし汁 ネーブル	***	鶏ささみ	保育乳	鶏ささみ	精白米 強化米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 GP きゅうり たけのこ えのきたけ ねぎ ネーブル
4	ごはん(強化米入り) オクラ納豆 春雨とひき肉の炒め ゴーヤの揚げ煮 イナムドゥチ ネーブル	バナナ	ジャム入りマフィン	保育乳	ひきわり納豆 豚ひき肉 豚肉 カステラカマ ポコ	精白米 強化米 春雨 白ゴマ 黒ゴマ	オクラ 人参 チンゲン菜 たけのこ 干しいたけ にがり 大根 ねぎ	21	ごはん(強化米入り) 鶏肉のマーマレード焼き 春雨の中華炒め ブロッコリー(マヨ) みそ汁 バナナ	みせんべい	きなこ風味蒸しパン	保育乳	鶏も肉 豚も肉 わかめ	精白米 強化米 春雨	たけのこ 人参 じゃが芋 キャベツ さやいんげん ブロッコリー 大根 ねぎ バナナ
5	鶏肉のあんかけ丼 スティックきゅうり(マヨ) とうがん汁 ネーブル	***	亀の甲せんべい	保育乳	鶏も肉 わかめ	精白米 強化米	干しいたけ 玉ねぎ 人参 ねぎ Hコーン缶 きゅうり とうがん ネーブル	22	三色ごはん(強化米) ひじきのフレンチあえ みそ汁 りんご	バナナ	冷しそうめん せんべい	保育乳	鶏ひき肉 豚ひき肉 干ひじき ハム 油揚げ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 小松菜 きゅうり Hコーン缶 ニラ りんご
7	黒米ごはん 魚のタルタル焼き 人参シリシリ きゅうりの中華風 すまし汁 ネーブル	みせんべい	蒸し芋(焼き芋)	保育乳	白身魚 竹小町 ツナ缶 わかめ 絹ごし豆腐	精白米 黒米 強化米	玉ねぎ 人参 ブロッコリー 玉ねぎ きゅうり たけのこ ねぎ ネーブル	23	マージンごはん さばのりんごソースかけ 人参シリシリ きゅうりの甘酢あえ ゆし豆腐汁 スイカ	みせんべい	ココアケーキ	保育乳	さば 竹小町 しらす干し わかめ ゆし豆腐	精白米 強化米 もちきび	玉ねぎ 人参 もやし ブロッコリー にがり きゅうり ねぎ スイカ
8	麻婆どんぶり ブロッコリーとトマトのごまあえ みそ汁 スイカ	バナナ	ココア寒天 野菜クラッカー	保育乳	豆腐 豚ひき肉 わかめ	精白米 強化米 練りごま	人参 長ねぎ ブロッコリー (冷) トマト とうがん ねぎ スイカ	24	沖縄そば 温サラダ ゴマじゃが バナナ	みせんべい	みそおにぎり	保育乳	豚三枚肉 丸かまぼこ ツナ缶	沖縄そば じゃが芋 白すりごま	刻み昆布 ねぎ キャベツ トマト ブロッコリー バナナ
9	お弁当会	みせんべい	チーズケーキ(卵不使用)	保育乳				25	マージンごはん 鶏のから揚げ 野菜チャンプルー もずくの酢物 みそ汁 ネーブル	バナナ	アイスクリーム	保育乳	鶏も肉 豆腐 豚肩ロース もずく	精白米 強化米 もちきび	キャベツ 人参 ニラ もやし Hコーン缶 オクラ へちま えのきたけ ねぎ ネーブル
10	マージンごはん レバーのゴマソースがらめ きんぴらごぼう もずくの酢物 野菜スープ バナナ	みせんべい	シナモントースト	保育乳	豚レバー 鶏ささみ もずく 豆腐	精白米 強化米 もちきび	ごぼう 人参 ニラ 糸こんにやく ほんしめじ オクラ えのきたけ ほうれん草	26	ごはん(強化米入り) 麻婆豆腐 スティックきゅうり コーンスープ ネーブル	***	げんまい棒	保育乳	豆腐 豚ひき肉	精白米 強化米	生しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ ニラ きゅうり コーン缶 ほうれん草 ネーブル
12	豚肉のあんかけ丼 カリカリきゅうり みそ汁 りんご ネーブル	***	はちや棒	保育乳	豚肩ロース わかめ	精白米 強化米 白ゴマ	干しいたけ 玉ねぎ 人参 ねぎ Hコーン缶 きゅうり とうがん	28	豚焼肉どんぶり 芋とひじきのサラダ トマト みそ汁 ネーブル	みせんべい	オートミールスナック	保育乳	豚肩ロース 干ひじき 油揚げ	精白米 強化米 白ゴマ さつま芋	玉ねぎ 人参 ピーマン トマト とうがん ねぎ ネーブル
14	キーマカレー きゅうりの甘酢あえ コーンスープ ヨーグルトサラダ	みせんべい	ホットケーキ(卵不使用)	保育乳	鶏ひき肉 しらす干し わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 へちま 玉ねぎ なす オクラ ホールトマト缶 きゅうり コーン缶 キャベツ	29	マージンごはん 魚の照り焼き かぼちゃの煮物 切干大根のゴマ酢あえ みそ汁 スイカ	バナナ	ジャムサンド	保育乳	白身魚 鶏ささみ 豆腐 わかめ	精白米 強化米 もちきび 白ゴマ	かぼちゃ 切干大根 人参 ごぼう きゅうり えのきたけ ねぎ スイカ
15	ロールパン 魚のもみじ焼き ポテトのケチャップ煮 スティックきゅうり(塩) 中華スープ ネーブル	バナナ	ツナマヨおにぎり	保育乳	白身魚 豚も肉 ツナ缶	ロールパン じゃが芋 春雨	人参 GP 玉ねぎ きゅうり チンゲン菜 長ねぎ Hコーン缶 ネーブル	30	もずくどんぶり ポテトサラダ 魚のみそ汁 バナナのヨーグルト添え	みせんべい	クイックブレッド	保育乳	もずく 豚ひき肉 白身魚	精白米 強化米 じゃが芋	ピーマン コーン缶 人参 きゅうり パン缶 レーズン 大根 ねぎ バナナ
16	マージンごはん 鶏のから揚げ ひじきの五目煮 ブロッコリーとツナのサラダ みそ汁 バナナ	みせんべい	お麩ラスク	保育乳	鶏も肉 干ひじき 竹小町 ツナ缶 油揚げ	精白米 強化米 もちきび 麩	人参 糸こんにやく 生しいたけ ニラ ブロッコリー Hコーン缶 とうがん ねぎ	31	チキンカレー(強化米) ポイルウィンナー スティックきゅうり(マヨ) わかめスープ りんご	みせんべい	黒糖アガラサー	保育乳	鶏も肉 ウィンナー わかめ	精白米 強化米 じゃが芋 白ゴマ	人参 玉ねぎ Hコーン缶 GP みつば ピーマン きゅうり りんご

★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、『保育所におけるアレルギー対応ガイドライン(厚生省2019)』に沿って実施します。

★「離乳食の献立表」は、該当者だけに配布しています。

★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。【NO 1】



(作成者) 栄養士 野原正子

回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月令	離乳初期 5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 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(ごっくん)	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)
1 火	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し ブロッコリーすり流し 人参ペースト すまし汁	みどりがゆ(べたべた) 魚と野菜のスープ煮 あおさ汁 ネーブル	みどりがゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ煮 あおさ汁 ネーブル	パンがゆ → コロコロトースト 豆腐のブロッコリーあん ポテトスープ バナナ	スティックトースト 豆腐のブロッコリーあん ポテトスープ バナナ
主な材料) 米 ブロッコリー 白身魚 玉ねぎ 人参 あおさ ネーブル			食パン 絹ごし豆腐 ブロッコリー 人参 じゃが芋 玉ねぎ Cコーン缶		
2 水	つぶしがゆ(とろとろ) かぼちゃすり流し キャベツのペースト 野菜スープ	全がゆ(べたべた) かぼちゃのそぼろ煮風 たくたくそうめん汁 スイカ(つぶし果汁から)	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃのそぼろ煮風 たくたくそうめん汁 スイカ	のりがゆ(べたべた) ブロッコリーツナ煮 人参スープ バナナヨーグルト	のりがゆ ⇒ 軟飯 ブロッコリーツナ煮 人参スープ バナナヨーグルト
主な材料) 米 かぼちゃ ささみ 玉ねぎ そうめん キャベツ スイカ			米 青のり ブロッコリー 玉ねぎ ツナ缶 人参 キャベツ バナナ Pヨーグルト		
3 木	つぶしがゆ(とろとろ) 小松菜ペースト ポテトすり流し 野菜スープ	豆腐と野菜のおじや ポテトスープ(みそ風味) バナナ	豆腐と野菜のおじや ポテのみそ汁 バナナ	全がゆ(べたべた) 魚のトマト煮 人参レタスのスープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 魚のトマト煮 人参レタスのスープ ネーブル
主な材料) 米 豆腐 人参 レタス じゃが芋 小松菜 バナナ			米 白身魚 じゃが芋 トマト 人参 レタス Cコーン缶 ネーブル		
4 金	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト 大根ペースト とろとろバナナ すまし汁	納豆がゆ(べたべた) 根菜スープ煮 あおさ汁 ネーブル	納豆がゆ ⇒ 軟飯 根菜スープ煮 あおさ汁 ネーブル	みどりがゆ(べたべた) チキンクリームスープ バナナゼリー	みどりがゆ ⇒ 軟飯 チキンクリームスープ バナナゼリー
主な材料) 米 ひきわり納豆 大根 テンゲン菜 人参 あおさ オクラ			ネーブル 		
5 土	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト とうがんすり流し すまし汁	鶏おじや とうがんスープ(みそ風味) ネーブル	鶏おじや ⇒ 軟飯 とうがんのみそ汁 ネーブル	全がゆ(べたべた) ほうれん草おおかか煮 魚汁(みそ風味) ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 ほうれん草おおかか煮 魚汁(みそ風味) ネーブル
主な材料) 米 ささみ ツナ缶 人参 玉ねぎ とうがん あおさ ネーブル			米 ほうれん草 白身魚 大根 人参 ネーブル		
7 月	つぶしがゆ(とろとろ) 豆腐のすり流し ブロッコリーすり流し 人参ペースト 野菜スープ	全がゆ(べたべた) 豆腐の野菜あん ポテトスープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐の野菜あん ポテトスープ ネーブル	お麩がゆ(べたべた) さつま芋マッシュ(きなこ) 魚と野菜のスープ バナナ	お麩がゆ ⇒ 軟飯 さつま芋だんご 魚と野菜のスープ バナナ
主な材料) 米 絹ごし豆腐 ブロッコリー 人参 じゃが芋 玉ねぎ Cコーン缶 ネーブル			米 麩 さつま芋 きなこ 白身魚 ほうれん草 人参 バナナ		
8 火	つぶしがゆ(とろとろ) とうがんすり流し とろとろトマト 人参ペースト すまし汁	全がゆ(べたべた) 豆腐ととうがんだし煮 ブロッコリースープ スイカ(つぶし果汁から)	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐ととうがんだし煮 ブロッコリースープ スイカ	トマトがゆ(べたべた) 鶏肉と野菜のスープ バナナゼリー	トマトがゆ ⇒ 軟飯 鶏肉と野菜のスープ バナナゼリー
主な材料) 米 豆腐 とうがん ブロッコリー 人参 Cコーン缶 スイカ			米 トマト ささみ 人参 じゃが芋 玉ねぎ バナナ 粉寒天		
9 水	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚すり流し ポテトすり流し 人参ペースト 野菜スープ	おじや 白身魚のポテト煮 たくたくそうめん汁 ネーブル	おじや 白身魚のポテト煮 たくたくそうめん汁 ネーブル	全がゆ(べたべた) ツナじゃが キャベツのスープ バナナヨーグルト	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが キャベツのスープ バナナヨーグルト
主な材料) 米 ブロッコリー キャベツ 人参 白身魚 じゃが芋 青のり そうめん ネーブル			米 じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 キャベツ Cコーン缶 バナナ Pヨーグルト		
10 木	つぶしがゆ(とろとろ) ほうれん草ペースト 人参ペースト 野菜スープ	あおさがゆ(べたべた) 豆腐のみどりあん 野菜スープ バナナ	あおさがゆ ⇒ 軟飯 豆腐のみどりあん 野菜スープ バナナ	パンがゆ → コロコロトースト 青のりポテト チキンポターージュ ネーブル	スティックトースト 青のりポテト チキンポターージュ ネーブル
主な材料) 米 あおさ 豆腐 ほうれん草 人参 玉ねぎ オクラ バナナ			食パン じゃが芋 青のり ささみ 玉ねぎ 人参 Cコーン缶 ネーブル		
12 土	つぶしがゆ(とろとろ) とうがんのすり流し 人参ペースト すまし汁	おじや 魚ととうがんのスープ ネーブル	おじや 魚ととうがんのスープ ネーブル	全がゆ(べたべた) かぼちゃのツナ煮 野菜スープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃのツナ煮 野菜スープ ネーブル
主な材料) 米 玉ねぎ 人参 ブロッコリー 白身魚 とうがん あおさ			ネーブル 		
14 月	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト とろとろバナナ すまし汁	全がゆ(べたべた) 根菜そぼろ煮風 コーンスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 根菜そぼろ煮風 コーンスープ バナナ	しらすがゆ(べたべた) ほうれん草白あえ風 なすのスープ(みそ風味) みかん添えヨーグルト	しらすがゆ ⇒ 軟飯 ほうれん草白あえ風 なすのみそ汁 みかん添えヨーグルト
主な材料) 米 じゃが芋 人参 玉ねぎ 鶏肉 Cコーン缶 キャベツ バナナ			米 しらす干し 青のり ほうれん草 絹ごし豆腐 なす 人参 Pヨーグルト		
15 火	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚すり流し ポテトすり流し 人参ペースト 野菜スープ	全がゆ(べたべた) 白身魚のポテト煮 野菜スープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のポテト煮 野菜スープ ネーブル	納豆おじや(べたべた) きゅうりのおかか煮 たくたくそうめん汁 バナナ	納豆おじや(べたべた) きゅうりのおかか煮 そうめん汁 バナナ
主な材料) 米 白身魚 じゃが芋 人参 テンゲン菜 Cコーン缶 玉ねぎ			ネーブル 		
主な材料) 米 白身魚 じゃが芋 人参 テンゲン菜 Cコーン缶 玉ねぎ			ネーブル 		
主な材料) 米 ひきわり納豆 人参 テンゲン菜 きゅうり そうめん キャベツ バナナ			米 ひきわり納豆 人参 テンゲン菜 きゅうり そうめん キャベツ バナナ		

回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月令	離乳初期 5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 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(ごっくん)	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)
16	つぶしがゆ(とろとろ) ブロッコリーすり流し とうがんですり流し 人参ペースト すまし汁	全がゆ(べたべた) ブロッコリーのささみあん とうがんですり流し(みそ風味) ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 ブロッコリーのささみあん とうがんですり流し ネーブル	お麩がゆ ツナじゃが ブロッコリースープ きなこバナナ	お麩・ひじきがゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが ブロッコリースープ きなこバナナ
主な材料) 米 ささみ ブロッコリー 人参 とうがんですり流し あおさ ネーブル					
17	つぶしがゆ(とろとろ) 絹ごし豆腐のすり流し 人参ペースト とろとろバナナ すまし汁	おじや マッシュポテト(トマト入り) 豆腐スープ スイカ	おじや トマトとポテト煮 豆腐スープ スイカ	くたくたうどん汁 白身魚のかぼちゃあん りんご寒天	やわらかうどん汁 白身魚のかぼちゃあん りんご寒天
主な材料) 米 人参 キャベツ 玉ねぎ じゃが芋 トマト 絹ごし豆腐 あおさ スイカ					
18	つぶしがゆ(とろとろ) 大根すり流し 人参ペースト 野菜スープ	納豆がゆ(べたべた) 大根ツナ煮 人参スープ ネーブル	納豆がゆ ⇒ 軟飯 大根ツナ煮 人参スープ ネーブル	あおさがゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 ポテトスープ(みそ風味) バナナ	あおさがゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 ポテトのみそ汁 バナナ
主な材料) 米 ひきわり納豆 大根 ツナ缶 人参 キャベツ Cコーン缶 ネーブル					
19	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト すまし汁	おじや ほうれん草スープ ネーブル	おじや ほうれん草スープ ネーブル	人参がゆ(べたべた) 魚と野菜のスープ ネーブル	人参がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ ネーブル
主な材料) 米 きゅうり 人参 ささみ ほうれん草 Cコーン缶 ネーブル					
21	つぶしがゆ(とろとろ) 大根すり流し ブロッコリーすり流し 人参ペースト すまし汁	菜がゆ(べたべた) 鶏ささみと野菜のスープ煮 大根スープ(みそ風味) バナナ	菜がゆ ⇒ 軟飯 鶏ささみと野菜のスープ煮 大根のみそ汁 バナナ	おじや きなこ風味マッシュポテト ブロッコリースープ ネーブル	おじや きなこ風味ポテト煮 ブロッコリースープ ネーブル
主な材料) 米 レタス ささみ 人参 ブロッコリー 大根 わかめ バナナ					
22	つぶしがゆ(とろとろ) 小松菜ペースト 人参ペースト すまし汁	人参がゆ(べたべた) ポテトそぼろ煮風 青菜のスープ(みそ風味) ネーブル	人参・ひじきがゆ ⇒ 軟飯 ポテトそぼろ煮風 青菜のみそ汁 ネーブル	野菜がゆ(べたべた) 白身魚のコーン風味 くたくたそうめん汁 バナナ	野菜がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のコーン風味 くたくたそうめん汁 バナナ
主な材料) 米 人参 (ひじき) じゃが芋 玉ねぎ 鶏肉 小松菜 ネーブル					
23	つぶしがゆ(とろとろ) 青のりポテト ブロッコリーすり流し 人参ペースト 野菜スープ	しらすがゆ(べたべた) 野菜のだし煮 ゆし豆腐(薄) スイカ	しらすがゆ ⇒ 軟飯 野菜のだし煮 ゆし豆腐(薄) スイカ	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどりあん ポテトスープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどりあん ポテトスープ ネーブル
主な材料) 米 しらす干し きゅうり 人参 ブロッコリー じゃが芋 ゆし豆腐 スイカ					
24	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し ブロッコリーすり流し とろとろバナナ すまし汁	おじや 鶏ささみのブロッコリーあん すまし汁 バナナ	おじや 鶏ささみのブロッコリーあん すまし汁 バナナ	トマトがゆ(べたべた) ツナじゃが 野菜スープ ネーブル	トマトがゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが 野菜スープ ネーブル
主な材料) 米 キャベツ 人参 ささみ ブロッコリー あおさ じゃが芋 バナナ					
25	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト ポテトすり流し 野菜スープ	のりがゆ(べたべた) 豆腐と野菜のだし煮 ポテト汁(みそ風味) ネーブル	のりがゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のだし煮 ポテトのみそ汁 ネーブル	菜がゆ(べたべた) 白身魚の野菜あん かぼちゃスープ バナナゼリー	菜がゆ ⇒ 軟飯 白身魚の野菜あん かぼちゃスープ バナナゼリー
主な材料) 米 青のり 豆腐 人参 キャベツ じゃが芋 オクラ ネーブル					
26	つぶしがゆ(とろとろ) ほうれん草ペースト 人参ペースト 野菜スープ	おじや ほうれん草スープ ネーブル	おじや ほうれん草スープ ネーブル	全がゆ(べたべた) ポテトそぼろ煮風 あおさ汁(みそ風味) ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 ポテトそぼろ煮風 あおさのみそ汁 ネーブル
主な材料) 米 人参 玉ねぎ 豆腐 ほうれん草 Cコーン缶 ネーブル					
28	つぶしがゆ(とろとろ) さつま芋すり流し とうがんですり流し 人参ペースト すまし汁	芋がゆ(べたべた) とうがんですり流し 人参とトマトのスープ ネーブル	芋とひじきがゆ ⇒ 軟飯 とうがんですり流し すまし汁 ネーブル	全がゆ(べたべた) マッシュポテト 魚とコーンのスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 マッシュポテト 魚とコーンのスープ バナナ
主な材料) 米 さつま芋 とうがんですり流し 鶏肉 人参 トマト 玉ねぎ ネーブル					
29	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し かぼちゃのすり流し 人参ペースト すまし汁	のりがゆ(べたべた) 白身魚のかぼちゃあん 人参ポタージュ スイカ	のりがゆ ⇒ 軟飯 白身魚のかぼちゃあん 人参ポタージュ スイカ	パンがゆ⇒コロコロトースト 炒り豆腐 ほうれん草ポタージュ バナナ	スティックトースト 炒り豆腐 ほうれん草ポタージュ バナナ
主な材料) 米 青のり 白身魚 かぼちゃ 人参 玉ねぎ Cコーン缶 スイカ					
30	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 大根すり流し ポテトすり流し すまし汁	全がゆ(べたべた) 魚のポテト煮 大根スープ(みそ風味) バナナヨーグルト	全がゆ ⇒ 軟飯 魚のポテト煮 大根スープ(みそ風味) バナナヨーグルト	みどりがゆ(べたべた) ツナじゃが くたくたそうめん汁 ネーブル	みどりがゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが くたくたそうめん汁 ネーブル
主な材料) 米 白身魚 じゃが芋 人参 青のり 大根 バナナ Pヨーグルト					
31	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト すまし汁	全がゆ(べたべた) 野菜そぼろ煮風 コーンスープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 野菜そぼろ煮風 コーンスープ ネーブル	人参がゆ(べたべた) 魚のみどり煮 ポテトスープ(みそ風味) バナナ	人参がゆ ⇒ 軟飯 魚のみどり煮 ポテトのみそ汁 バナナ
主な材料) 米 かぼちゃ 玉ねぎ ほうれん草 鶏肉 Cコーン缶 人参 ネーブル					

※ 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。