

| 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 | 土 | ソース焼きそば チーズ カリカリ胡瓜 ゆし豆腐 果物 バナナ | 豚肉 チーズ ゆし豆腐 さけ 牛乳 | 焼きそば 油 米 | 人参 玉葱 キャベツ もやし ピーマン 赤ピーマン 乾しいたけ 胡瓜 ねぎ のり 果物 | 保育乳 鮭おにぎり | |
| 3日 | 月 | 雑穀ごはん 豚肉しょうが焼 人参シリシリ なすと豆腐のみそ汁 果物 オレンジ | 豚肉 卵 豆腐 牛乳 | 米 雑穀 砂糖 油 さつま芋 バター 砂糖 | にんにく ブロッコリー 人参 玉葱 にら なす えのき ねぎ 果物 | 保育乳 人参ケーキ | |
| 4日 | 火 | 強化玄米ごはん きびなごのカレー揚げ 昆布即席漬け 汁 冬瓜そぼろ煮 ふのすまし汁 果物 バナナ | きびなご 鶏ひき肉 牛乳 | 米 玄米 片栗粉 油 砂糖 ふ パン バター 砂糖 | 昆布 赤ピーマン 冬瓜 人参 玉葱 乾しいたけ ねぎ チンゲン菜 果物 | 保育乳 レモンラスク | |
| 5日 | 水 | 三枚肉そば かぼちゃの煮物 ひじきの中華和え 果物 ゼリー | 三枚肉 かまぼこ ハム ツナ缶 豆乳 | 沖縄そば 砂糖 ごま 米 | ねぎ かぼちゃ ひじき 胡瓜 もやし 赤ピーマン のり 果物 | 保育乳 みそおにぎり | |
| 6日 | 木 | 強化あわごはん 魚天ぶら 筑前煮 アーサ汁 果物 オレンジ | キング 卵 鶏肉 豆腐 ツナ缶 牛乳 | 米 あわ 小麦粉 油 じゃが芋 砂糖 そうめん | 青のり 人参 れんこん たけのこ ごぼう 乾しいたけ こんにゃく いんげん あおさ キャベツ ねぎ 果物 | 保育乳 ソーメンチャンプルー | |
| 7日 | 金 | チキンカレー ゴーヤーツナサラダ ワカメスープ 果物 すいか | 鶏肉 ツナ缶 牛乳 | 米 押麦 じゃが芋 油 小麦粉 ふ マヨネーズ 黒糖 | 人参 玉葱 ブロッコリー セロリ マッシュルーム缶 苦瓜 キャベツ コーン缶 わかめ 果物 | 保育乳 黒糖アガラサー | |
| 8日 | 土 | くふあじゅうしい 豆腐サラダ そうめん汁 果物 バナナ | 豚肉 豆腐 チーズ 牛乳 | 米 押麦 油 マヨネーズ そうめんクラッカー | ひじき 乾しいたけ 人参 ねぎ ほうれん草 コーン缶 果物 | 保育乳 ジャムパン | |
| 10日 | 月 | 山の日 (休園) | | | | | |
| 11日 | 火 | 強化あわごはん チキンマーマレード 煮 ゴーヤーと麩の炒め煮 冬瓜とワカメのスープ 果物 オレンジ | 鶏肉 ツナ缶 卵 脱脂粉乳 牛乳 | 米 あわ 油 車ふ バター 砂糖 小麦粉 | 人参 玉葱 にがり 冬瓜 わかめ 果物 | 保育乳 アイスボックスクッキー | |
| 12日 | 水 | 強化玄米ごはん さんまのカルパッチョ 千切りイリチー へちま豆腐のみそ汁 果物 バナナ | さんま 豚肉 豆腐 ヨーグルト | 米 玄米 片栗粉 油 砂糖 コーンフレーク | 赤ピーマン 黄ピーマン 胡瓜 玉葱 切干大根 昆布 こんにゃくへ ちま 果物 | フルーツヨーグルト | |
| 13日 | 木 | 強化あわごはん 酢豚 おくら納豆 春雨スープ 果物 ゼリー | 豚肉 納豆 ウインナー 牛乳 | 米 あわ じゃが芋 砂糖 油 片栗粉 春雨 パンマヨネーズ | 人参 玉葱 たけのこ ピーマン 乾しいたけ オクラ チンゲン菜 えのき 胡瓜 果物 | 保育乳 ホットドック | |
| 14日 | 金 | きのこスパゲティ チーズ ブロッコリーサラダ トマトと卵のスープ 果物 オレンジ | 豚肉 チーズ ベーコン 卵 しらす 豆乳 | スパゲティ 油 マヨネーズ 米 砂糖 | 人参 玉葱 パプリカ しめじ えのきマッシュルーム缶 コーン缶 ブロッコリー トマト ねぎ 果物 | 保育乳 じゃこおにぎり | |
| 15日 | 土 | 麦ごはん マーボーなす ハリハリ大根 冬瓜と小松菜のスープ 果物 バナナ | 豚ひき肉 豆腐 牛乳 | 米 押麦 油 砂糖 さつま芋 | なす 人参 ピーマン 長ねぎ にんにく しょうが 切干大根 冬瓜 小松菜 果物 | | |
| 17日 | 月 | ビビンバ 春雨の酢の物 豆腐とワカメのみそ汁 果物 オレンジ | 豚肉 卵 ちくわ 豆腐 牛乳 | 米 砂糖 ごま 油 春雨 ホットケーキMix | もやし 小松菜 にんにく しょうが 胡瓜 きくらげ 人参 わかめ ねぎ 果物 | 保育乳 小倉ホットケーキ | |
| 18日 | 火 | お弁当会 (お弁当のしみだね!) | | | | | アイスクリーム クラッカー |
| 19日 | 水 | 麦ごはん 納豆みそ 煮付け ゴーヤーとパインの和え物 ワカメスープ 果物 バナナ | 納豆 三枚肉 生揚げ 卵 牛乳 | 米 押麦 砂糖 油 ふ さつま芋 小麦粉 | しょうが ねぎ 大根 人参 チンゲン菜 にがり わかめ 果物 | 保育乳 芋天ぶら | |
| 20日 | 木 | 黒米ごはん さんまの蒲焼風煮 パイアイリチー 豆腐と小松菜のみそ汁 果物 梨 | さんま ベーコン 豆腐 | 米 黒米 片栗粉 油 砂糖 | パイア 人参 ひじき こまつな 長ねぎ 果物 | 保育乳 もずく雑炊 | |
| 21日 | 金 | タコライス ゴボウサラダ チンゲン菜とえのきのスープ 果物 ゼリー | 豚ひき肉 チーズ ちくわ 豆乳 牛乳 きな粉 | 米 油 ごま マヨネーズ 砂糖 芋くず 太白オカ | セロリ 玉葱 人参 レタス トマト ごぼう 胡瓜 チンゲン菜 えのき 果物 | 保育乳 くずもち | |
| 22日 | 土 | 冷やしきつねうどん かぼちゃチーズサラダ カリカリ煮干し 果物 バナナ | 油揚げ チーズ 煮干し 牛乳 | うどん 砂糖 ごま じゃが芋 米 マヨネーズ | こまつな かぼちゃ 胡瓜 果物 | 保育乳 ゆかりおにぎり | |
| 24日 | 月 | 強化あわごはん 鶏肉ごま風味焼き スライストマト シャキシャキ炒め 冬瓜のみそ汁 果物 オレンジ | 鶏肉 ベーコン 卵 牛乳 | 米 あわ 砂糖 ごま 油 小麦粉 | トマト もやし ごぼう 人参 ピーマン 冬瓜 わかめ ねぎ 果物 | 保育乳 かきあげ | |
| 25日 | 火 | (お誕生会)あわごはん 豆腐ハンバーグ マカロニサラダ 野菜スープ ヨーグルト | 豚ひき肉 豆腐 卵 ベーコン ヨーグルト 牛乳 | 米 あわ パン粉 マカロニ マヨネーズ | ひじき 玉葱 ブロッコリー 人参 コーン缶 胡瓜 セロリ キャベツ 果物 | 保育乳 誕生ケーキ | |
| 26日 | 水 | 麦ごはん 豚レバーと鶏肉の香味揚げ 中華風野菜炒め かき玉汁 果物 バナナ | 豚レバー 鶏肉 卵 ゼラチン 牛乳 | 米 押麦 片栗粉 油 砂糖 | しょうが にんにく 玉葱 もやし キャベツ ピーマン えのき ねぎ 果物 | シークワサーゼリー クラッカー | |
| 27日 | 木 | 冷やし中華 鮭のキャロット焼き ゴーヤー梅肉和え 果物 ゼリー | ハム 卵 さけ 豆乳 | 中華めん 油 砂糖 マヨネーズ じゃが芋 米 | 胡瓜 わかめ 人参 にがり こまつな 果物 | 保育乳 小松菜おにぎり | |
| 28日 | 金 | カレーピラフ 魚のバタームニエル からしな和え 白菜スープ 果物 オレンジ | 鶏肉 キング 豆腐 ツナ缶 ベーコン 牛乳 | 米 油 バター 小麦粉 パン | 人参 玉葱 ピーマン からしな 白菜 果物 | 保育乳 ジャムサンド | |
| 29日 | 土 | 豚丼 おくら和え 豆腐とワカメのみそ汁 果物 バナナ | 豚肉 卵 豆腐 牛乳 | 米 押麦 砂糖 油 パン | 人参 玉葱 しめじ 白滝 オクラ 胡瓜 わかめ ねぎ 果物 | 保育乳 ぶどうパン | |
| 31日 | 月 | ハヤシライス 切干大根サラダ チンゲン菜スープ 果物 梨 | 牛肉 卵 牛乳 | 米 押麦 じゃが芋 小麦粉 バター 油 砂糖 ごま ふ | 人参 玉葱 セロリ いんげん マッシュルーム缶 切干大根 胡瓜 チンゲン菜 果物 | 保育乳 ココア蒸しパン | |

☆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。 (ちゅうりっぷ、エシイ、スマイルクラス) (低中) 月給 (変更)

☆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。

- 8月4日(火) きびなごのカレー揚げ → カラスカレー
- 8月12日(水) さんまのカルパッチョ → カラスカレー
- 8月20日(木) さんまの蒲焼風煮 → カラスカレー
- 8月27日(木) 鮭のキャロット焼き → カラスカレー

| 回食 | 1回食(午前) | | | 軽食(午後) | |
|-------|--|--|---|------------------------------|----------------------------|
| 月齢 | 初期(5・6ヶ月頃) | 中期(7・8ヶ月頃) | 後期(9・10・11ヶ月頃) | 中期(7・8ヶ月頃) | 後期(9・10・11ヶ月頃) |
| 固さの目安 | トロトロ⇒ベタベタ ヨーグルト状 | 舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(つぶつぶ) | 歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(荒みじん切り) | 舌でつぶせる固さ 豆腐位(つぶつぶ) | 歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(荒みじん切り) |
| 1 | 10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁 | 煮込み焼きそば 胡瓜おろし煮 ゆし豆腐 果物 | 煮込み焼きそば 胡瓜きざみ煮 ゆし豆腐 果物 | キャベツおじや | キャベツおじや |
| 土 | (主な材料)焼きそば ゆし豆腐 人参 玉葱 キャベツ 胡瓜 ハナナ | | | (主な材料)米 キャベツ | |
| 3 | 10倍がゆ 人参ペースト すまし汁 | 全がゆ チキンつぶし煮 人参ブロッコリーつぶし煮 豆腐みそ汁 果物 | 軟飯 チキンきざみ煮 人参ブロッコリー煮 豆腐みそ汁 果物 | 芋おじや 大根つぶし煮 人参スープ | 芋おじや 大根煮 人参スープ |
| 月 | (主な材料)米 鶏肉 豆腐 人参 ブロッコリー なす オレンジ | | | (主な材料)米 さつま芋 大根 人参 | |
| 4 | 10倍がゆ 冬瓜すり流し すまし汁 | 全がゆ 白身魚煮 冬瓜そぼろつぶし煮 チンゲン菜スープ 果物 | 軟飯 白身魚煮 冬瓜そぼろ煮 チンゲン菜スープ 果物 | パンがゆ トマトつぶし煮 プレーンヨーグルト | パン トマト煮 プレーンヨーグルト |
| 火 | (主な材料)米 白身魚 鶏ひき肉 冬瓜 人参 チンゲン菜 ハナナ | | | (主な材料)米 ヨーグルト トマト | |
| 5 | 10倍がゆ かぼちゃペースト すまし汁 | 全がゆ チキン胡瓜おろし煮 かぼちゃつぶし煮 そば汁 果物 | 軟飯 チキン胡瓜きざみ煮 かぼちゃ煮 そば汁 果物 | 全がゆ おくらつぶし煮 玉葱スープ | 軟飯 おくらきざみ煮 玉葱スープ |
| 水 | (主な材料)米 沖繩そば 鶏肉 胡瓜 かぼちゃ バナナ | | | (主な材料)米 おくら 玉葱 | |
| 6 | 10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁 | 全がゆ 白身魚煮 人参ポテトつぶし煮 豆腐スープ 果物 | 軟飯 白身魚煮 人参ポテト煮 豆腐スープ 果物 | 煮込みそうめん すまし汁 | 煮込みそうめん すまし汁 |
| 木 | (主な材料)米 ジャガ芋 白身魚 豆腐 人参 オレンジ | | | (主な材料)そうめん キャベツ | |
| 7 | 10倍がゆ ポテトペースト すまし汁 | 全がゆ チキン野菜ポテトつぶし煮 キャベツつぶし煮 すまし汁 果物 | 軟飯 チキン野菜ポテト煮 キャベツ煮 すまし汁 果物 | 全がゆ ブロッコリーつぶし煮 キャベツスープ | 軟飯 ブロッコリー煮 キャベツスープ |
| 金 | (主な材料)米 ジャガ芋 鶏肉 人参 玉葱 キャベツ すいか | | | (主な材料)米 ブロッコリー キャベツ | |
| 8 | 10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁 | 人参おじや 豆腐ほうれん草つぶし煮 そうめん汁 果物 | 人参おじや 豆腐ほうれん草煮 そうめん汁 果物 | ほうれん草おじや | ほうれん草おじや |
| 土 | (主な材料)米 そうめん 豆腐 人参 ほうれん草 バナナ | | | (主な材料)米 ほうれん草 | |
| 10月 | 山の日(休園) | | | | |
| 11 | 10倍がゆ 冬瓜すり流し すまし汁 | 全がゆ チキンつぶし煮 野菜つぶし煮 冬瓜スープ 果物 | 軟飯 チキンきざみ煮 野菜煮 冬瓜スープ 果物 | 全がゆ 冬瓜つぶし煮 人参スープ | 軟飯 冬瓜煮 人参スープ |
| 火 | (主な材料)米 鶏肉 人参 玉葱 冬瓜 オレンジ | | | (主な材料)米 冬瓜 人参 | |
| 12 | 10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁 | 全がゆ 白身魚煮 人参大根つぶし煮 へちまみそ汁 果物 | 軟飯 白身魚煮 人参大根煮 へちまみそ汁 果物 | 全がゆ トマトつぶし煮 玉葱スープ | 軟飯 トマト煮 玉葱スープ |
| 水 | (主な材料)米 白身魚 豆腐 人参 大根 へちま バナナ | | | (主な材料)米 トマト 玉葱 | |
| 13 | 10倍がゆ ポテトペースト すまし汁 | 全がゆ チキン人参ポテトつぶし煮 おくらつぶし煮 チンゲン菜スープ 果物 | 軟飯 チキン人参ポテト煮 おくらきざみ煮 チンゲン菜スープ 果物 | パンがゆ 胡瓜おろし煮 プレーンヨーグルト | パン 胡瓜きざみ煮 プレーンヨーグルト |
| 木 | (主な材料)米 ジャガ芋 鶏肉 人参 おくら チンゲン菜 バナナ | | | (主な材料)パン ヨーグルト 胡瓜 | |
| 14 | 10倍がゆ 人参ペースト すまし汁 | 煮込みスパゲティー チキンつぶし煮 ブロッコリーつぶし煮 トマトスープ 果物 | 煮込みスパゲティー チキンきざみ煮 ブロッコリー煮 トマトスープ 果物 | しらすおじや 大根つぶし煮 人参スープ | しらすおじや 大根煮 人参スープ |
| 金 | (主な材料)スパゲティー 鶏肉 人参 玉葱 ブロッコリー トマト オレンジ | | | (主な材料)米 しらす 大根 人参 | |
| 15 | 10倍がゆ 冬瓜すり流し すまし汁 | 全がゆ なす豆腐つぶし煮 小松菜つぶし煮 冬瓜スープ 果物 | 軟飯 なす豆腐煮 小松菜きざみ煮 冬瓜スープ 果物 | 芋おじや | 芋おじや |
| 土 | (主な材料)米 豆腐 なす 人参 小松菜 冬瓜 バナナ | | | (主な材料)米 さつま芋 | |

※ 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。

8月

離乳食献立表 <その2>

| 回食 月齢 | 1回食(午前) | | | 軽食(午後) | |
|-----------|-----------------------------------|---|---|--------------------------------|-----------------------------|
| | 初期 (5・6ヶ月頃) | 中期 (7・8ヶ月頃) | 後期 (9・10・11ヶ月頃) | 中期 (7・8ヶ月頃) | 後期 (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 |
| | ヨーグルト状 | 絹ごし豆腐位(つぶつぶ) | バナナ位(荒みじん切り) | 豆腐位(つぶつぶ) | バナナ位(荒みじん切り) |
| 17 | 10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁 | 全がゆ チキン小松菜つぶし煮 胡瓜おろし煮 豆腐みそ汁 果物 | 軟飯 チキン小松菜きざみ煮 胡瓜きざみ煮 豆腐みそ汁 果物 | 全がゆ 人参大根つぶし煮 小松菜スープ | 軟飯 人参大根煮 小松菜スープ |
| 月 | (主な材料)米 鶏肉 豆腐 小松菜 胡瓜 | | | オレンジ | (主な材料)米 人参 大根 小松菜 |
| 18 | 10倍がゆ かぼちゃペースト すまし汁 | パンがゆ 白身魚煮 おくらトマトつぶし煮 パンブキンスープ 果物 | パン 白身魚煮 おくらトマト煮 パンブキンスープ 果物 | 人参おじや 冬瓜つぶし煮 トマトスープ | 人参おじや 冬瓜煮 トマトスープ |
| 火 | (主な材料)パン 白身魚 おくら トマト かぼちゃ 玉葱 | | | バナナ | (主な材料)米 人参 冬瓜 トマト |
| 19 | 10倍がゆ 大根すり流し すまし汁 | 全がゆ チキン人参大根つぶし煮 胡瓜つぶし煮 チンゲン菜スープ 果物 | 軟飯 チキン人参大根煮 胡瓜きざみ煮 チンゲン菜スープ 果物 | 全がゆ 人参さつま芋つぶし煮 大根スープ | 軟飯 人参さつま芋煮 大根スープ |
| 水 | (主な材料)米 鶏肉 人参 大根 胡瓜 チンゲン菜 | | | バナナ | (主な材料)米 さつま芋 人参 大根 |
| 20 | 10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁 | 全がゆ 白身魚煮 人参ブロッコリーつぶし煮 豆腐みそ汁 果物 | 軟飯 白身魚煮 人参ブロッコリー煮 豆腐みそ汁 果物 | 野菜煮込みそうめん すまし汁 | 野菜煮込みそうめん すまし汁 |
| 木 | (主な材料)米 白身魚 豆腐 人参 ブロッコリー | | | バナナ | (主な材料)そうめん 人参 小松菜 |
| 21 | 10倍がゆ 人参ペースト すまし汁 | 全がゆ チキントマトつぶし煮 胡瓜おろし煮 チンゲン菜スープ 果物 | 軟飯 チキントマト煮 胡瓜きざみ煮 チンゲン菜スープ 果物 | 全がゆ かぼちゃつぶし煮 玉葱スープ | 軟飯 かぼちゃ煮 玉葱スープ |
| 金 | (主な材料)米 鶏肉 トマト 胡瓜 チンゲン菜 | | | オレンジ | (主な材料)米 かぼちゃ 玉葱 |
| 22 | 10倍がゆ かぼちゃペースト すまし汁 | 煮込みうどん チキンかぼちゃつぶし煮 すまし汁 果物 | 煮込みうどん チキンかぼちゃ煮 すまし汁 果物 | 青菜おじや | 青菜おじや |
| 土 | (主な材料)うどん 鶏肉 小松菜 かぼちゃ | | | バナナ | (主な材料)米 小松菜 |
| 24 | 10倍がゆ 冬瓜すり流し すまし汁 | 全がゆ チキントマトつぶし煮 人参おくらつぶし煮 冬瓜みそ汁 果物 | 軟飯 チキントマト煮 人参おくら煮 冬瓜みそ汁 果物 | 全がゆ 冬瓜つぶし煮 おくらスープ | 軟飯 冬瓜煮 おくらスープ |
| 月 | (主な材料)米 鶏肉 トマト 人参 おくら 冬瓜 | | | オレンジ | (主な材料)米 冬瓜 おくら |
| 25 | 10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁 | 全がゆ 豆腐ハンバーグつぶし煮 人参ブロッコリーつぶし煮 野菜スープ 果物 | 軟飯 豆腐ハンバーグ煮 人参ブロッコリー煮 野菜スープ 果物 | 全がゆ キャベツつぶし煮 小松菜スープ | 軟飯 キャベツ煮 小松菜スープ |
| 火 | (主な材料)米 豆腐 鶏ひき肉 人参 ブロッコリー 玉葱 キャベツ | | | バナナ | (主な材料)米 キャベツ 小松菜 |
| 26 | 10倍がゆ 人参ペースト すまし汁 | 全がゆ チキンつぶし煮 野菜つぶし煮 すまし汁 果物 | 軟飯 チキンきざみ煮 野菜きざみ煮 すまし汁 果物 | 全がゆ なすつぶし煮 キャベツスープ | 軟飯 なす煮 キャベツスープ |
| 水 | (主な材料)米 鶏肉 人参 玉葱 キャベツ | | | バナナ | (主な材料)米 なす キャベツ |
| 27 | 10倍がゆ ポテトペースト すまし汁 | キャベツ煮込みうどん 白身魚人参おろし煮 すまし汁 果物 | キャベツ煮込みうどん 白身魚人参煮 すまし汁 果物 | 小松菜おじや 人参キャベツつぶし煮 ポテトスープ | 小松菜おじや 人参キャベツ煮 ポテトスープ |
| 木 | (主な材料)うどん 白身魚 キャベツ 人参 | | | バナナ | (主な材料)米 ジャガ芋 小松菜 人参 キャベツ |
| 28 | 10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁 | 人参おじや 白身魚煮 豆腐ほうれん草つぶし煮 白菜スープ 果物 | 人参おじや 白身魚煮 豆腐ほうれん草煮 白菜スープ 果物 | パンがゆ 胡瓜おろし煮 プレーンヨーグルト | パン 胡瓜きざみ煮 プレーンヨーグルト |
| 金 | (主な材料)米 白身魚 豆腐 人参 ほうれん草 白菜 | | | オレンジ | (主な材料)パン ヨーグルト 胡瓜 |
| 29 | 10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁 | 全がゆ チキン野菜つぶし煮 おくらつぶし煮 豆腐みそ汁 果物 | 軟飯 チキン野菜煮 おくらきざみ煮 豆腐みそ汁 果物 | 人参おじや | 人参おじや |
| 土 | (主な材料)米 鶏肉 豆腐 人参 玉葱 おくら | | | バナナ | (主な材料)米 人参 |
| 31 | 10倍がゆ 人参ペースト すまし汁 | 全がゆ チキン野菜ポテトつぶし煮 胡瓜おろし煮 チンゲン菜スープ 果物 | 軟飯 チキン野菜ポテト煮 胡瓜きざみ煮 チンゲン菜スープ 果物 | 全がゆ ブロッコリーつぶし煮 玉葱スープ | 軟飯 ブロッコリー煮 玉葱スープ |
| 月 | (主な材料)米 ジャガ芋 鶏肉 人参 玉葱 胡瓜 チンゲン菜 | | | 梨 | (主な材料)米 ブロッコリー 玉葱 |

※ 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。