



実施日	初期（5～6ヶ月）				中期（7～8ヶ月）			
	献立名	食品名	間食	午前間食	献立名	午後間食	食品名	
1 金	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し りんごすりおろし	米。 豆腐 人参 ジャが芋 だし汁。 りんご	調乳	調乳 せんべい	かゆ おでん みそ汁 デザート（りんご）	調乳 ☆やわらかキャロット ちゃんちの蒸しケーキ	米。鶏肉 ジャが芋 人参 大根 三度豆 砂糖 醤油 だし汁 代替）豚肉。豆腐 わかめ 人参 玉ねぎ みそ だし汁。りんご /人参ジュース ホットケーキミックス 育児用ミルク 砂糖	
2 土	スパゲッティのくたくた煮 野菜の煮つぶし	スパゲッティ 人参 だし汁。 鮭缶 ジャが芋 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	スパゲッティのミルク煮 くだもの（バナナ）	調乳 ゼリー せんべい	スパゲッティ 豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン 生しいたけ しめじ 育児用ミルク。バナナ /りんごゼリー	
4 月	すりつぶしがゆ そうめんのくたくた煮 野菜のミルク煮	米。そうめん 人参 だし汁。 人参 玉ねぎ 育児用ミルク。	調乳 りんご すりおろし	調乳 せんべい	かゆ 卵の花 そうめんのすまし汁	調乳 くだもの（りんご） ポーロ	米。おから 豚ひき肉 人参 砂糖 醤油 だし汁 代替）豚肉。そうめん 人参 しめじ 小松菜 醤油 だし汁。 /りんご	
5 火	パンがゆ かぼちゃのミルク煮 ほうれん草すりつぶし	食パン 育児用ミルク。 かぼちゃ 玉ねぎ 育児用ミルク。 ほうれん草 人参 だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	パンがゆ かぼちゃのポターージュ 煮びたし	調乳 ミニゼリー せんべい	食パン 野菜スープ。鶏肉 玉ねぎ 人参 かぼちゃ 育児用ミルク。代替）豚肉。 ほうれん草 コーン 大豆 醤油 だし汁。	
6 水	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し 野菜の煮つぶし	米。 豆腐 人参 だし汁。 ブロッコリー 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 豚肉と里芋の煮物 すまし汁	調乳 ☆さつまいもと りんごのきんとん	米。豚肉 里芋 人参 三度豆 ブロッコリー 醤油 砂糖 だし汁 代替）豚肉。 豆腐 小松菜 玉ねぎ 人参 だし汁 醤油。 /さつまいも りんご バター 上白糖	
7 木	パンがゆ 白身魚すり流し 野菜のくたくた煮	ロールパン 育児用ミルク。 白身魚 人参 だし汁。 キャベツ きゅうり だし汁。	調乳	調乳 ウエハース	パンがゆ 白身魚と野菜のミルク煮 煮びたし	調乳 ☆やわらか かわりあべかわ	ロールパン 育児用ミルク。白身魚 ジャが芋 人参 玉ねぎ バター 育児用ミルク 代替）豚肉。キャベツ きゅうり 醤油 だし汁。/マカロニ きな粉 上白糖	
8 金	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し 野菜のミルク煮	米。 豆腐 人参 だし汁。 かぼちゃ 玉ねぎ ブロッコリー 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 肉団子と野菜の煮物 野菜スープ デザート（バナナ）	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	米。牛ひき肉 豚ひき肉 玉ねぎ パン粉 醤油 人参 ブロッコリー 片栗粉 砂糖 だし汁。 かぼちゃ 豆腐 レタス 人参 醤油 だし汁。 バナナ /ホットケーキミックス・育児用ミルク。	
9 土	うどんのくたくた煮 野菜の煮つぶし	うどん 人参 だし汁。 玉ねぎ キャベツ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	煮込みうどん くだもの（りんご）	調乳 ふかしおじゃが せんべい	うどん 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ だし汁。 りんご / ジャが芋	
11 月	すりつぶしがゆ 野菜すりつぶし 野菜のくたくた煮	米。 大根 きゅうり だし汁。 じゃが芋 人参 玉ねぎ グリーンピース だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 肉とじゃがいもの煮物 煮びたし フレッシュゼリー	調乳 くだもの（バナナ） ポーロ	米。牛肉 ジャが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 だし汁 代替）豚肉。 大根 きゅうり しらす干し 砂糖 醤油 だし汁。 フレッシュゼリー / バナナ	
12 火	すりつぶしがゆ 白身魚すり流し 野菜の煮つぶし	米。 白身魚 ほうれん草 だし汁。 人参 大根 はくさい だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 ☆やわらか 蒸しパン	米。白身魚 醤油 砂糖 代替）豚肉。 豆腐 はくさい 人参 大根 ほうれん草 みそ だし汁。 /ホットケーキミックス 育児用ミルク。	
13 水	すりつぶしがゆ かぼちゃのミルク煮 野菜の煮つぶし	米。 かぼちゃ 玉ねぎ 育児用ミルク。 人参 大根 だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 鶏の五目煮 みそ汁	調乳 せんべい くだもの（キウイ）	米。鶏肉 大豆 人参 大根 三度豆 砂糖 醤油 だし汁 代替）豚肉。かぼちゃ しめじ 玉ねぎ 人参 みそ だし汁。 /キウイフルーツ	
14 木	パンがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	ロールパン 育児用ミルク。 トマト 玉ねぎ だし汁。 ブロッコリー 玉ねぎ 人参 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	パンがゆ 卵黄とじ ビーフンスープ デザート（バナナ）	調乳 ミニゼリー せんべい	ロールパン 育児用ミルク。卵黄 玉ねぎ 人参 ブロッコリー トマト 醤油 育児用ミルク 代替）豚肉 代替）コーン。 ビーフン 人参 玉ねぎ しめじ わかめ 醤油 だし汁。 /バナナ	
15 金	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し 野菜のミルク煮	米。 豆腐 人参 だし汁。 玉ねぎ 人参 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豚肉と野菜の煮物 かきたま汁	調乳 ☆やわらか お好み焼き	米。豚肉 人参 三度豆 だし汁 砂糖 醤油。 卵黄 豆腐 玉ねぎ 人参 わかめ 醤油 片栗粉 だし汁 代替）豚肉。 /豚肉 長いも キャベツ 小麦粉 削り粉 青のり 醤油。	
16 土	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し 野菜の煮つぶし	米。 豆腐 ジャが芋 だし汁。 大根 玉ねぎ 人参 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豆腐のそぼろ煮 わかめスープ	調乳 ゼリー せんべい	米。豚ひき肉 豆腐 玉ねぎ 人参 生しいたけ 醤油 砂糖 片栗粉 だし汁 代替）じゃが芋。 大根 人参 玉ねぎ わかめ チンゲンサイ 醤油 だし汁。	
18 月	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	米。 大根 人参 だし汁。 人参 はくさい だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豚肉とひじきの煮物 みそ汁 デザート（キウイ）	調乳 ☆さつまいものきんとん	米。豚肉 芽ひじき 人参 三度豆 砂糖 醤油 だし汁。 大根 人参 はくさい だし汁 みそ。 キウイ /さつまいも 育児用ミルク。	
19 火	パンがゆ マカロニのくたくた煮 野菜すりつぶし	食パン 育児用ミルク。 マカロニ 人参 だし汁。 ブロッコリー ジャが芋 だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	パンがゆ 豚肉と白菜のスープ煮 マカロニサラダ	調乳 ミニゼリー せんべい	食パン 育児用ミルク。豚肉 はくさい ジャが芋 玉ねぎ 人参 ブロッコリー しめじ 醤油 だし汁。 マカロニ 人参 きゅうり コーン りんごすりおろし。	
20 水	さつま芋入りすりつぶしがゆ 豆腐すり流し ほうれん草ミルク煮	米 さつま芋。 豆腐 人参 だし汁。 ほうれん草 玉ねぎ 育児用ミルク。	調乳 りんご すりおろし	調乳 ポーロ	さつまいもかゆ 白身魚と野菜の煮物 みそ汁	調乳 ☆麩のミルク煮 くだもの（りんご）	米 さつまいも。白身魚 人参 ブロッコリー 砂糖 醤油 だし汁。 豆腐 ほうれん草 人参 玉ねぎ みそ だし汁。 /おつゆ麩 バター 砂糖 育児用ミルク。りんご	
21 木	すりつぶしがゆ 白身魚すり流し 野菜の煮つぶし	米。 白身魚 人参 だし汁。 じゃが芋 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 ウエハース	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 パンがゆ	米。白身魚 砂糖 醤油 だし汁 代替）豚肉。 人参 ジャが芋 玉ねぎ わかめ みそ だし汁。 /ロールパン 育児用ミルク	
22 金	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し 野菜の煮つぶし	米。 豆腐 人参 だし汁。 玉ねぎ ブロッコリー だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豚肉とブロッコリーの煮物 みそ汁	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	米。豚肉 ブロッコリー 人参 砂糖 醤油 だし汁。 豆腐 人参 玉ねぎ わかめ みそ だし汁。 /ホットケーキミックス 育児用ミルク。	
23 土	スパゲッティのくたくた煮 野菜の煮つぶし	スパゲッティ 人参 だし汁。 玉ねぎ ジャが芋 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	煮込みスパゲッティ くだもの（りんご）	調乳 ふかししいも せんべい	スパゲッティ 豚ひき肉 人参 たまねぎ しめじ ピーマン トマトケチャップ だし汁。 りんご /さつまいも	
25 月	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し 野菜の煮つぶし	米。 豆腐 はくさい だし汁。 人参 大根 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豆腐と野菜の煮物 みそ汁	調乳 ☆やわらか リンゴ入りホットケーキ	米。牛肉 豆腐 はくさい おつゆ麩 人参 玉ねぎ 砂糖 醤油 だし汁 代替）じゃが芋 代替）豚肉。 大根 チンゲンサイ 人参 玉ねぎ わかめ みそ だし汁。 /ホットケーキミックス りんご 育児用ミルク。	
26 火	すりつぶしがゆ 白身魚すり流し 野菜の煮つぶし	米。 白身魚 大根 だし汁。 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	かゆ 白身魚のみそ煮 そうめんのすまし汁・チ）バナナ	調乳 ☆ミルクゼリー せんべい	米。白身魚 大根 みそ 醤油 砂糖 だし汁 代替）豚肉。 そうめん ゆば 人参 玉ねぎ だし汁。 バナナ/ゼリーの素 育児用ミルク。	
27 水	すりつぶしがゆ 野菜のミルク煮 野菜のくたくた煮	米。じゃが芋 グリンピース 育児用ミルク。 キャベツ きゅうり 人参 だし汁。	調乳 りんご すりおろし	調乳 ポーロ	かゆ 牛肉とじゃが芋の煮物 煮びたし ヨーグルト	調乳 くだもの（りんご） せんべい	米。牛肉 ジャが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 だし汁 代替）豚肉。 キャベツ きゅうり 砂糖 醤油 だし汁。 ヨーグルト（プレーン） /りんご	
28 木	パンがゆ 豆腐すり流し 野菜のくたくた煮	ロールパン 育児用ミルク。 豆腐 人参 だし汁。 玉ねぎ キャベツ ジャが芋 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	パンがゆ 豆腐の煮つけ 野菜スープ	調乳 くだもの（キウイ） ウエハース	ロールパン 育児用ミルク。豆腐 玉ねぎ 青ねぎ キャベツ 砂糖 醤油 だし汁 代替）豚肉。 キャベツ 玉ねぎ 人参 ジャが芋 醤油 だし汁。 /キウイ	
29 金	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つぶし	米。 はくさい 人参 だし汁。 じゃが芋 人参 鮭缶 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 高野豆腐の卵黄とじ みそ汁	調乳 棒チーズ せんべい	米。鶏肉 高野豆腐 はくさい 人参 三度豆 卵黄 砂糖 醤油 だし汁 代替）豚肉 代替）じゃが芋。 豚肉 はくさい 人参 青ねぎ みそ だし汁 （棒チーズ）	
30 土	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	米。 じゃが芋 人参 だし汁。 白菜 人参 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豚肉と野菜の煮物 みそ汁	調乳 ゼリー せんべい	米 豚肉 はくさい 人参 玉ねぎ 三度豆 醤油 片栗粉 だし汁。 じゃが芋 人参 玉ねぎ みそ だし汁。 /みかんゼリー	

☆印は手作りおやつです。

