

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 火	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。 白菜 玉ねぎ だし汁。	調乳 りんご すりおろし	調乳 ビスケット	かゆ おでん みそ汁	調乳 くだもの（りんご） せんべい	米。鶏肉 じゃがいも 人参 大根 三度豆 砂糖 醤油 だし汁。 代替 豚肉。豆腐 白菜 わかめ 人参 玉ねぎ みそ だし汁。/ りんご。
2 水	すりつぶしがゆ 野菜のミルク煮 野菜の煮つぶし	米。 ブロッコリー じゃがいも 育児用ミルク。 人参 大根 だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 鮭と野菜煮 みそ汁	調乳 ☆やわらかかぼちゃケーキ	米。鮭 ブロッコリー 醤油 砂糖 だし汁 代替 豚肉。 大根 わかめ 人参 みそ だし汁。 /ホットケーキミックス かぼちゃ 育児用ミルク。
4 金	すりつぶしがゆ 野菜のすりつぶし 野菜のくたくた煮	米。 鮭缶 じゃがいも 育児用ミルク。 白菜 人参 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 肉じゃが みそ汁	調乳 ☆やわらかコーンの ホッケーキ	米。牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 三度豆 砂糖 醤油 だし汁 代替 豚肉。白菜 人参 玉ねぎ みそ だし汁。 / コーン缶 ホットケーキミックス 油 砂糖 育児用ミルク。
5 土	うどんのくたくた煮 マッシュポテト	うどん 人参 白菜 だし汁。 じゃがいも 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	煮込みうどん くだもの（みかん）	調乳 ゼリー せんべい	うどん(ゆで) 白菜 しめじ わかめ 人参 醤油 だし汁。 みかん
7 月	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 グリーンピースのミルク煮	米。 玉ねぎ 人参 だし汁。 グリーンピース 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト	調乳 バナナ せんべい	米。合挽きミンチ じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 だし汁 代替 豚ひき肉。大根 しらす干し きゅうり 砂糖 醤油 だし汁。 ヨーグルト。/バナナ。
8 火	パンがゆ スパゲッティのくたくた煮 野菜の煮つぶし	食パン 育児用ミルク。 スパゲッティ 人参 だし汁。 玉ねぎ じゃがいも だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	パンがゆ 野菜ときのこのスープパスタ トマトと卵黄のスープ デザート（みかん）	調乳 ミニゼリー せんべい	食パン 育児用ミルク。スパゲッティ 豚肉 なす 玉ねぎ コーン ピーマン しめじ 醤油 だし汁。 卵黄 トマト じゃがいも 玉ねぎ 醤油 だし汁。 みかん。
9 水	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し 野菜の煮つぶし	米。 豆腐 ブロッコリー だし汁。 かぼちゃ 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 鶏団子と野菜煮 かぼちゃのみそ汁	調乳 ☆やわらか かわりあべかわ	米。鶏挽き肉 豆腐 片栗粉 玉ねぎ ブロッコリー 砂糖 醤油 だし汁 代替 豚挽き肉。かぼちゃ 玉ねぎ 人参 小松菜 みそ だし汁。/ マカロニ きな粉 砂糖。
10 木	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し ほうれん草のミルク煮	米。 豆腐 人参 だし汁。 ほうれん草 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	かゆ ほうれん草挽肉あんかけ みそ汁	調乳 ☆やわらか ミルク蒸しパン	米。豚挽き肉 玉ねぎ 人参 ほうれん草 醤油 砂糖 片栗粉 だし汁。 豆腐 わかめ 人参 玉ねぎ みそ だし汁。 / ホットケーキミックス 育児用ミルク。
11 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。 人参 キャベツ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 白身魚と野菜煮 すまし汁	調乳 ☆ぶどうジュースゼリー ウエハース	米。メルルーサ キャベツ 醤油 砂糖 だし汁 代替 豚肉。 豆腐 小松菜 人参 玉ねぎ だし汁 醤油 代替 豚肉。 / ぶどうジュース 粉寒天 砂糖。
12 土	人参すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし マッシュポテト	米 人参。 大根 人参 だし汁。 じゃが芋 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	人参がゆ みそ汁 デザート（みかん）	調乳 ふかしおじゃが せんべい	米 人参 だし汁。大根 人参 玉ねぎ わかめ みそ だし汁。 みかん /じゃがいも。
14 月	すりつぶしがゆ 野菜のミルク煮 すりおろしりんご	米。 白菜 人参 玉ねぎ だし汁。 りんご	調乳	調乳 せんべい	かゆ 里芋と大根煮 みそ汁 デザート（りんご）	調乳 型抜きチーズ せんべい	米。鶏肉 さといも 人参 三度豆 砂糖 醤油 だし汁。 白菜 人参 玉ねぎ みそ だし汁。りんご。 / 型抜きチーズ
15 火	パンがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	コッペパン 育児用ミルク。 鮭缶 キャベツ だし汁。 じゃがいも 玉ねぎ 人参 だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	パンがゆ→コッペパン 卵黄とじ スープ	調乳 ☆あなかけうどん	コッペパン 育児用ミルク。卵黄 じゃがいも 人参 玉ねぎ 醤油 だし汁 代替 コーン 代替 豚肉。 キャベツ 玉ねぎ 人参 チンゲンサイ 醤油 だし汁。/ うどん 豚肉 キャベツ 人参 生しいたけ 玉ねぎ 片栗粉 だし汁 醤油。
16 水	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つぶし	米。 人参 大根 だし汁。 じゃがいも グリンピース だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 肉じゃが 煮びたし ミニゼリー	調乳 バナナ せんべい	米 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 だし汁 代替 豚肉。大根 しらす干し 砂糖 醤油 だし汁。/バナナ。
17 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。 ほうれん草 大根 だし汁。	調乳	調乳 ウエハース	かゆ 白身魚と野菜の煮物 のっぺい汁	調乳 ☆さつまいものきんとん	米。白身魚 ほうれん草 白菜 砂糖 醤油 だし汁 代替 豚肉。 豚肉 えび芋 人参 大根 だし汁 みそ。 / さつまいも 育児用ミルク 砂糖。
18 金	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。 人参 じゃがいも 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	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 じゃがいも 玉葱 わかめ みそ だし汁。 /ロールパン 育児用ミルク。
19 土	スパゲッティのくたくた煮 野菜のミルク煮	スパゲッティ 玉ねぎ だし汁。 人参 キャベツ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	スパゲッティと野菜の煮物 みかん	調乳 ゼリー せんべい	スパゲッティ 豚挽き肉 人参 玉ねぎ キャベツ 醤油 だし汁。 みかん。
21 月	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 かぼちゃ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 鶏肉とひじきのけんちん煮 みそ汁	調乳 ☆きな粉ミルクがゆ	米。豆腐 鶏肉 芽ひじき 人参 玉ねぎ 三度豆 砂糖 醤油 だし汁 代替 豚肉。かぼちゃ 玉ねぎ 人参 ほんしめじ みそ だし汁。 / 食パン きな粉 育児用ミルク 砂糖。
22 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 人参 だし汁。 ほうれん草 大根 だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	かゆ 白身魚と野菜の煮物 すまし汁	調乳 ☆やわらかホットケーキ	米。白身魚 ほうれん草 醤油 砂糖 だし汁 代替 豚肉。 大根 人参 ほんしめじ 醤油 だし汁。 / ホットケーキミックス 育児用ミルク 油。
24 木	パンがゆ 野菜の煮つぶし すりおろしりんご	ロールパン 育児用ミルク。 玉ねぎ 人参 だし汁。 りんご	調乳	調乳 せんべい	パンがゆ 卵黄とじ 野菜スープ デザート（りんご）	調乳 ☆スイートポテト	ロールパン 育児用ミルク。卵黄 生しいたけ 玉ねぎ 人参 ピーマン 醤油 だし汁 代替 豚肉・コーン。豚肉 しめじ 玉ねぎ 人参 チンゲンサイ 醤油 だし汁。りんご。 / さつまいも バター 砂糖 育児用ミルク。
25 金	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つぶし	米。 鮭缶 キャベツ だし汁。 ほうれん草 人参 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 ほうれん草スープ	調乳 ゼリー ウエハース	米。鶏肉 キャベツ 人参 醤油 だし汁。ほうれん草 人参 玉ねぎ コーン 醤油 だし汁。
26 土	スパゲッティのくたくた煮 豆腐すり流し	スパゲッティ 人参 だし汁。 豆腐 ほうれん草 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	スパゲッティ煮 野菜スープ みかん	調乳 せんべい ふかしいも	スパゲッティ 豚挽き肉 人参 玉ねぎ しめじ ピーマン 醤油 だし汁 油。玉ねぎ キャベツ 豆腐 ほうれん草 醤油 だし汁。 みかん。 / さつまいも。
28 月	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜のミルク煮	米。 玉ねぎ かぶら 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 大豆と野菜の煮物 みそ汁 焼きのり	調乳 りんご せんべい	米。大豆水煮 人参 三度豆 だし汁 砂糖 醤油。 かぶら 玉ねぎ 人参 みそ だし汁。 焼きのり。 / りんご。
29 火	パンがゆ マカロニのくたくた煮 野菜の煮つぶし	食パン 野菜スープ。 マカロニ 人参 だし汁。 かぼちゃ 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	パンがゆ かぼちゃのミルク煮 煮びたし デザート（みかん）	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 バター 育児用ミルク 代替 豚肉。マカロニ 人参 きゅうり 醤油 砂糖 だし汁。みかん
30 水	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し 野菜のくたくた煮	米。 豆腐 人参 だし汁。 キャベツ 玉ねぎ 人参 だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 鮭と野菜煮 卵黄スープ	調乳 キウイフルーツ せんべい	米。鮭 玉ねぎ 人参 ピーマン キャベツ しめじ 砂糖 醤油 片栗粉 だし汁 代替 豚肉。卵黄 豆腐 人参 チンゲンサイ 醤油 片栗粉 だし汁 代替 豚肉。/キウイ。

☆印は手作りおやつです。