

| 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   | 月 | すりつぶしがゆ<br>かぼちゃのミルク煮<br>野菜のくたくた煮     | 米。かぼちゃ<br>玉ねぎ 育児用ミルク。<br>ブロッコリー 人参 だし汁。             | 調乳                 | 調乳<br>せんべい  | かゆ<br>豚肉と野菜の煮物<br>煮びたし ミニゼリー                | 調乳<br>すいか<br>せんべい                 | 米。豚肉 なす 人参 かぼちゃ 玉ねぎ 砂糖<br>醤油 だし汁。ブロッコリー 人参 コーン<br>醤油 だし汁。 / すいか。                                                 |
| 2   | 火 | すりつぶしがゆ<br>白身魚のすり流し<br>野菜の煮つぶし       | 米。カレイ 人参<br>片栗粉 だし汁。<br>小松菜 人参 玉ねぎ<br>だし汁。          | 調乳                 | 調乳<br>ビスケット | ひじきがゆ<br>煮魚<br>すまし汁                         | 調乳<br>かぼちゃゼリー<br>せんべい             | 米 芽ひじき 醤油 出し汁。カレイ 人参<br>砂糖 醤油 だし汁。<br>豆腐 小松菜 人参 玉ねぎ 醤油 だし汁。<br>ゼラチン かぼちゃペースト 砂糖。                                 |
| 3   | 水 | すりつぶしがゆ<br>豆腐のすりつぶし<br>野菜のミルク煮       | 米。豆腐 玉ねぎ<br>ほうれん草 だし汁。<br>大根 人参 育児用ミルク。             | 調乳                 | 調乳<br>ボーロ   | かゆ<br>豆腐と野菜の煮物<br>豚汁・デ）メロン                  | 調乳<br>ふかしおじゃが<br>せんべい             | 米。豚挽き肉 豆腐 玉ねぎ 人参<br>ほうれん草 砂糖 醤油 だし汁。豚肉 大根 人参<br>玉ねぎ みそ だし汁。メロン。 / じゃが芋                                           |
| 4   | 木 | パンがゆ<br>野菜の煮つぶし<br>野菜のくたくた煮          | ロールパン 育児用ミルク。<br>玉ねぎ かぼちゃ<br>だし汁。 人参 玉ねぎ 鮭缶<br>だし汁。 | 調乳                 | 調乳<br>せんべい  | パンがゆ<br>野菜の煮物<br>野菜スープ                      | 調乳<br>ミニゼリー<br>せんべい               | ロールパン 育児用ミルク。なす 玉ねぎ スッキーニ<br>人参 かぼちゃ トマト(缶詰) トマトケチャップ<br>だし汁 醤油。 豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参<br>醤油 だし汁。 / ミニゼリー。             |
| 5   | 金 | すりつぶしがゆ<br>白身魚のすり流し<br>そうめんのくたくた煮    | 米。カレイ 人参<br>片栗粉 だし汁。 そうめん<br>キャベツ だし汁。              | 調乳                 | 調乳<br>せんべい  | かゆ<br>煮魚<br>そうめん汁                           | 調乳<br>セタゼリー<br>せんべい               | 米。カレイ 人参 砂糖 醤油 だし汁 <b>代替）豚肉</b> 。<br>そうめん キャベツ 人参 醤油 だし汁。                                                        |
| 6   | 土 | すりつぶしがゆ<br>野菜の煮つぶし<br>野菜のミルク煮        | 米。玉ねぎ はくさい<br>人参 だし汁。<br>大根 人参 育児用ミルク。              | 調乳                 | 調乳<br>せんべい  | かゆ<br>八宝菜風<br>青菜のスープ                        | 調乳<br>ふかしおじゃが<br>せんべい             | 米。豚肉 白菜 人参 玉ねぎ 醤油 片栗粉<br>だし汁。大根 小松菜 人参 醤油 だし汁。<br>/ じゃがいも。                                                       |
| 8   | 月 | すりつぶしがゆ<br>野菜のミルク煮<br>野菜のくたくた煮       | 米。<br>玉ねぎ 人参 育児用ミルク。<br>さつまいも 人参 だし汁。               | 調乳                 | 調乳<br>せんべい  | かゆ<br>牛肉と野菜の煮物<br>みそ汁                       | 調乳<br>☆やわらか<br>かぼちゃのお焼き           | 米。牛肉 玉ねぎ 砂糖 醤油 だし汁。<br>さつまいも 小松菜 玉ねぎ 人参 みそ 出し汁。<br>/ 片栗粉 かぼちゃ 油 砂糖。                                              |
| 9   | 火 | すりつぶしがゆ<br>豆腐のすり流し<br>さつま芋のミルク煮      | 米。豆腐 玉ねぎ 人参<br>ブロッコリー だし汁。<br>さつま芋 育児用ミルク。          | 調乳<br>すりおろし<br>りんご | 調乳<br>ビスケット | かゆ<br>豆腐と野菜煮<br>みそ汁                         | 調乳<br>☆フルーツ<br>盛り合わせ              | 米。豆腐 玉ねぎ ブロッコリー 砂糖 醤油 だし汁<br><b>代替）豚肉</b> 。さつまいも 玉ねぎ 人参<br>みそ だし汁。 / りんご バナナ。                                    |
| 10  | 水 | すりつぶしがゆ<br>豆腐のすり流し<br>野菜のくたくた煮       | 米。豆腐 人参<br>だし汁。キャベツ 玉ねぎ<br>人参 だし汁。                  | 調乳                 | 調乳<br>ボーロ   | かゆ<br>牛肉と野菜の煮物<br>すまし汁                      | 調乳<br>ミニゼリー<br>せんべい               | 米。牛肉 玉ねぎ キャベツ 人参 砂糖 醤油<br>だし汁 片栗粉 <b>代替）豚肉</b> 。 豆腐 大根 わかめ<br>玉ねぎ 人参 醤油 だし汁。 / ミニゼリー。                            |
| 11  | 木 | パンがゆ<br>グリーンピースの<br>煮つぶし<br>野菜のくたくた煮 | ロールパン 育児用ミルク。<br>グリーンピース じゃが芋<br>だし汁。 人参 玉ねぎ だし汁。   | 調乳                 | 調乳<br>せんべい  | パンがゆ<br>卵黄とじ<br>スープ<br>デ）りんご                | 調乳<br>すいか<br>せんべい                 | ロールパン 育児用ミルク。卵黄 ツナ水煮缶 玉ねぎ<br>人参 コーン グリンピース 砂糖 醤油<br>だし汁 <b>代替）豚肉</b> 。豚肉 もやし 人参 小松菜<br>醤油 だし汁。りんご。 / すいか。        |
| 12  | 金 | すりつぶしがゆ<br>白身魚のすり流し<br>野菜の煮つぶし       | 米。メルルーサ 玉ねぎ<br>人参 片栗粉 だし汁。<br>じゃが芋 キャベツ だし汁。        | 調乳                 | 調乳<br>せんべい  | かゆ<br>魚と野菜煮<br>みそ汁                          | 調乳<br>☆やわらか<br>キャロットちゃんの<br>蒸しケーキ | 米。メルルーサ キャベツ 砂糖 醤油 片栗粉<br>だし汁 <b>代替）豚肉</b> 。 じゃが芋 人参 玉ねぎ<br>わかめ みそ だし汁。 / 人参ジュース<br>ホットケーキミックス 育児用ミルク 砂糖。        |
| 13  | 土 | うどんのくたくた煮<br>豆腐のすり流し<br>りんごすりおろし     | うどん キャベツ だし汁。<br>豆腐 人参 玉ねぎ<br>だし汁。りんご               | 調乳                 | 調乳<br>せんべい  | 煮込みうどん<br>スープ<br>りんご                        | 調乳<br>ゼリー<br>せんべい                 | うどん 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ 醤油<br>だし汁。豆腐 人参 小松菜 だし汁 醤油。りんご。                                                               |
| 16  | 火 | パンがゆ<br>野菜の煮つぶし<br>じゃが芋のミルク煮         | 食パン 野菜スープ。<br>人参 玉ねぎ だし汁。<br>じゃが芋 育児用ミルク。           | 調乳                 | 調乳<br>ビスケット | パンがゆ<br>野菜と豚挽き肉の<br>トマト煮<br>豆乳スープ・<br>デ）バナナ | 調乳<br>☆麩の<br>きな粉あえ                | 食パン 野菜スープ。豚挽き肉 なす トマト 人参<br>玉ねぎ トマトケチャップ だし汁。小松菜<br>玉ねぎ じゃが芋 人参 コーン 豆乳（無調整）<br>だし汁。バナナ。 / おつゆ麩 きな粉 砂糖。           |
| 17  | 水 | すりつぶしがゆ<br>野菜の煮つぶし<br>野菜のくたくた煮       | 米。 鮭缶 キャベツ<br>玉ねぎ だし汁。じゃが芋<br>人参 玉ねぎ だし汁。           | 調乳                 | 調乳<br>ボーロ   | かゆ<br>肉じゃが<br>煮びたし<br>ヨーグルト                 | 調乳<br>すいか<br>せんべい                 | 米。牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参<br>グリーンピース 砂糖 醤油 だし汁 <b>代替）豚肉</b> 。<br>キャベツ きゅうり しらす干し 醤油 だし汁。<br>ヨーグルト。 / すいか。                |
| 18  | 木 | すりつぶしがゆ<br>白身魚のすり流し<br>野菜のミルク煮       | 米。カレイ 人参<br>片栗粉 だし汁。大根<br>チンゲン菜 じゃが芋<br>育児用ミルク。     | 調乳                 | 調乳<br>せんべい  | かゆ<br>煮魚<br>わかめと大根の<br>スープ                  | 調乳<br>ミニゼリー<br>バナナ                | 米。カレイ 人参 砂糖 醤油 だし汁 <b>代替）豚肉</b> 。<br>大根 わかめ 玉ねぎ チンゲン菜 人参<br>醤油 だし汁。 / バナナ。ミニゼリー。                                 |
| 19  | 金 | すりつぶしがゆ<br>野菜のミルク煮<br>野菜の煮つぶし        | 米。 人参<br>じゃが芋 育児用ミルク。<br>人参 玉ねぎ だし汁。                | 調乳                 | 調乳<br>せんべい  | かゆ<br>野菜と肉団子の<br>トマト煮<br>春雨スープ              | 調乳<br>☆やわらか<br>ホットケー<br>キ         | 米。合挽き肉 玉ねぎ 芽ひじき ケチャップ<br>だし汁 <b>代替）豚挽き肉</b> 。春雨 人参 玉ねぎ<br>チンゲンサイ 醤油 だし汁。<br>/ ホットケーキミックス 育児用ミルク 油。               |
| 20  | 土 | 人参がゆ<br>野菜のミルク煮<br>野菜煮つぶし            | 米 人参。<br>人参 玉ねぎ 育児用ミルク。<br>白菜 玉ねぎ だし汁。              | 調乳                 | 調乳<br>せんべい  | ひじきがゆ<br>みそ汁                                | 調乳<br>ふかし芋<br>せんべい                | 米 ひじき缶 人参 三度豆 醤油 出し汁。<br>はくさい 人参 玉ねぎ みそ だし汁。 / さつまい<br>も。                                                        |
| 22  | 月 | すりつぶしがゆ<br>豆腐のすり流し<br>野菜煮つぶし         | 米。<br>豆腐 人参 だし汁。<br>大根 玉ねぎ だし汁。                     | 調乳                 | 調乳<br>せんべい  | かゆ<br>豚肉と大根の煮物<br>みそ汁                       | 調乳<br>☆ミルクゼ<br>リー<br>せんべい         | 米。豚肉 大根 人参 砂糖 醤油 だし汁。<br>豆腐 人参 玉ねぎ ほうれん草 みそ だし汁。<br>/ ゼラチン 砂糖 育児用ミルク。。                                           |
| 23  | 火 | パンがゆ<br>そうめんの<br>くたくた煮<br>野菜の煮つぶし    | 食パン 野菜スープ。<br>そうめん 人参 だし汁。<br>じゃが芋 きゅうり<br>だし汁。     | 調乳                 | 調乳<br>ビスケット | パンがゆ<br>トマトと卵黄のスープ<br>煮込みそうめん               | 調乳<br>ミニゼリー<br>せんべい               | 食パン 野菜スープ。卵黄 トマト じゃがいも<br>玉ねぎ 片栗粉 醤油 だし汁 <b>代替）豚肉・コーン</b> 。<br>そうめん 豚肉 人参 コーン きゅうり 醤油<br>だし汁。 / ミニゼリー。           |
| 24  | 水 | すりつぶしがゆ<br>白身魚のすり流し<br>さつま芋のミルク煮     | 米。カレイ 人参<br>片栗粉 だし汁。<br>さつま芋 育児用ミルク。                | 調乳<br>すりおろし<br>りんご | 調乳<br>ボーロ   | かゆ<br>白身魚の野菜煮<br>みそ汁                        | 調乳<br>りんご<br>せんべい                 | 米。カレイ 人参 砂糖 醤油 だし汁 <b>代替）豚肉</b> 。<br>豆腐 わかめ 人参 醤油 だし汁。<br>/ りんご                                                  |
| 25  | 木 | パンがゆ<br>豆腐すり流し<br>野菜の煮つぶし            | ロールパン 育児用ミルク。<br>豆腐 人参 だし汁。<br>キャベツ 人参 玉ねぎ<br>だし汁。  | 調乳                 | 調乳<br>せんべい  | パンがゆ<br>鶏団子あんかけ<br>野菜スープ                    | 調乳<br>☆フルーツ<br>ヨーグルト和<br>ラ        | ロールパン 育児用ミルク。鶏挽き肉 豆腐 玉ねぎ<br>小麦粉 片栗粉 醤油 砂糖 だし汁 <b>代替）豚挽き肉</b> 。<br>キャベツ 玉ねぎ 人参 かぼちゃ 醤油 だし汁。<br>/ バナナ りんご 無糖ヨーグルト。 |
| 26  | 金 | すりつぶしがゆ<br>豆腐すり流し<br>野菜のミルク煮         | 米。豆腐 人参<br>だし汁。 人参 じゃが芋<br>玉ねぎ はくさい<br>育児用ミルク。      | 調乳                 | 調乳<br>せんべい  | かゆ<br>卵黄とじ<br>みそ汁<br>デ）メロン                  | 調乳<br>ミニゼリー<br>せんべい               | 米。牛肉 人参 はくさい 卵黄 砂糖 醤油<br>だし汁 <b>代替）豚肉</b> 。豆腐 チンゲンサイ 人参 玉ねぎ<br>みそ だし汁。メロン。 / ミニゼリー。                              |
| 27  | 土 | うどんの<br>くたくた煮<br>野菜煮つぶし              | うどん 人参 だし汁。<br>キャベツ 人参 玉ねぎ<br>だし汁。                  | 調乳                 | 調乳<br>せんべい  | 煮込みうどん<br>バナナ                               | 調乳<br>ゼリー<br>せんべい                 | うどん 人参 玉ねぎ キャベツ 醤油 だし汁。<br>バナナ。                                                                                  |
| 29  | 月 | すりつぶしがゆ<br>野菜のくたくた煮<br>そうめんのくたくた煮    | 米。じゃがいも 鮭缶<br>玉ねぎ 人参 だし汁。<br>そうめん 人参 だし汁。           | 調乳                 | 調乳<br>せんべい  | かゆ<br>豚肉となすの<br>みそ煮<br>そうめんのすまし<br>汁        | 調乳<br>☆麩の<br>きなこあえ                | 米。豚肉 玉ねぎ なす 人参 みそ 砂糖 醤油<br>ごま油 片栗粉。そうめん 人参<br>醤油 だし汁。 / おつゆ麩 きな粉 砂糖。                                             |
| 30  | 火 | すりつぶしがゆ<br>野菜のすりつぶし<br>野菜のくたくた煮      | 米。玉ねぎ 人参 だし汁。<br>小松菜 玉ねぎ<br>だし汁。                    | 調乳                 | 調乳<br>ビスケット | かゆ<br>豚肉と野菜の煮物<br>すまし汁                      | 調乳<br>☆とろとろ豆<br>腐のフルーツ<br>和え      | 米。豚肉 玉ねぎ 人参 だし汁 醤油 砂糖。<br>小松菜 人参 玉ねぎ だし汁 みそ。<br>/ 豆腐 バナナ りんご 育児用ミルク。                                             |
| 31  | 水 | すりつぶしがゆ<br>豆腐すり流し<br>野菜のミルク煮         | 米。豆腐 人参 だし汁。<br>ブロッコリー 玉ねぎ<br>育児用ミルク。               | 調乳                 | 調乳<br>ボーロ   | かゆ<br>豆腐のそぼろあんかけ<br>卵黄汁                     | 調乳<br>ミニゼリー<br>せんべい               | 米。豚ひき肉 ひじき缶 玉ねぎ ブロッコリー 豆腐<br>だし汁 醤油 片栗粉。卵黄 玉ねぎ 人参 だし汁<br>醤油。 / ミニゼリー。                                            |

☆印は手作りおやつです。