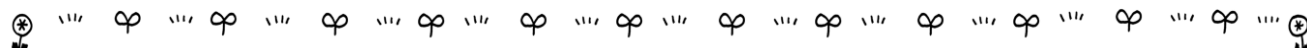


日	曜	午前の食事				午後の食事			
		生後5~6か月頃 なめらかにすりつぶした状態 (ヨーグルトくらい)	生後7~8か月頃 舌でつぶせるかたさ (豆腐くらい)	生後9~11か月頃 歯くきでつぶせるかたさ (バナナくらい)	生後12~18か月頃 歯くきでかめるかたさ (肉だんごくらい)	生後5~6か月頃	生後7~8か月頃	生後9~11か月頃	生後12~18か月頃
1	木	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 果物 豚肉と野菜の炒め煮	軟飯 果物 カレー	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
2	金	みどり粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	みどり粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 煮魚 マカロニサラダ	軟飯 みそ汁 焼き魚 マカロニサラダ	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
3	土	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	のり粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 クリームシチュー 果物 焼きのり	軟飯 クリームシチュー 果物 焼きのり	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
5	月	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 肉じゃが もやしとツナのあえもの 果物	軟飯 肉じゃが もやしとツナのあえもの 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
6	火	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 煮魚 ひじきの炒り煮 果物	軟飯 みそ汁 煮魚 ひじきの炒り煮 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おほか おにぎり
7	水	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 炒り豆腐 もやしのあえもの 焼きのり	軟飯 炒り豆腐 もやしのあえもの 焼きのり	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
8	木	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 みそ汁 つくね焼き ほうれん草のおかかあえ	軟飯 みそ汁 つくね焼き ほうれん草のおかかあえ	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	パン
9	金	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 チャンポン麺 昆布豆	軟飯 チャンポン麺 昆布豆	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
10	土	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 野菜汁 煮魚 もみ漬け	軟飯 野菜汁 煮魚 もみ漬け	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
12	月	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 刻み果物 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 わかめスープ ブルコギ 果物	軟飯 わかめスープ ブルコギ 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
13	火	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 刻み果物 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 麻婆豆腐 華風あえ 果物	軟飯 麻婆豆腐 華風あえ 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	ヨーグルト
14	水	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 豆腐ハンバーグ 粉ふきいも	軟飯 みそ汁 豆腐ハンバーグ 粉ふきいも	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	塩おにぎり
15	木	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 親子煮 おひたし 果物	軟飯 親子煮 おひたし 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	パン
16	金	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	のり粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 クリームシチュー コーンとツナのサラダ 焼きのり	軟飯 クリームシチュー コーンとツナのサラダ 焼きのり	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ

*こども園では、赤ちゃんの年齢や発育状態にあわせて、調理形態や使用する食品の種類を変えています。 *こども園で実際に食べた離乳食の内容は、連絡帳に記入してお知らせします。

日	曜	午前の食事				午後の食事			
		生後5~6か月頃	生後7~8か月頃	生後9~11か月頃	生後12~18か月頃	5~6か月頃	7~8か月頃	9~11か月頃	12~18か月頃
17	土	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 ジャがいものそぼろ煮 みそ汁 果物	軟飯 ジャがいものそぼろ煮 みそ汁 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
19	月	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト 煮りんご	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 春野菜の煮物 大豆入り肉そぼろ 果物	軟飯 春野菜の煮物 大豆入り肉そぼろ 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	塩昆布 おにぎり
20	火	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 野菜汁 煮魚 コーン入りおひたし	軟飯 野菜汁 煮魚 コーン入りおひたし	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
21	水	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 わかめスープ 肉そぼろ ポテトサラダ	軟飯 わかめスープ 肉そぼろ ポテトサラダ	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
22	木	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 豆腐の炒め煮 ひじきサラダ 果物	軟飯 豆腐の炒め煮 ひじきサラダ 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	パン
23	金	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 干草焼き みそ汁 ブロッコリーのおかかあえ	軟飯 干草焼き みそ汁 ブロッコリーのおかかあえ	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
24	土	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 果物 豚肉と野菜の炒め煮 フレンチサラダ	軟飯 果物 カレー フレンチサラダ	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
26	月	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 ピピンパ 果物 チンゲン菜とわかめのスープ	軟飯 ピピンパ 果物 チンゲン菜とわかめのスープ	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	パン
27	火	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 いら卵汁 煮魚 おひたし	軟飯 いら卵汁 煮魚 おひたし	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	のりおにぎり
28	水	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 つくね焼き 即席漬け	軟飯 みそ汁 つくね焼き 即席漬け	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
30	金	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 ミートソース 果物 ツナ入りブロッコリーサラダ	軟飯 ミートソース 果物 ツナ入りブロッコリーサラダ	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ



 ~ おうちの方へ ~

 離乳食を提供するにあたり、こども園で初めて食べることがないように、ご家庭で食べた食品をお知らせいただいております。

 こども園では、安心・安全を第一に考え、ご家庭で食べた食品だけを使用して離乳食を作り、提供しますので、ご家庭で順次

 いろいろな食品を離乳食に取り入れていただきますようご協力をお願いいたします。

