


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 歯ぐきでつぶせるかたさ (バナナくらい)	生後12~18か月頃 歯ぐきでかめるかたさ (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	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 野菜汁 肉そぼろ キャベツのおかかあえ	軟飯 ワンタン汁 肉そぼろ キャベツのおかかあえ	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	塩おにぎり
2	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 みそ汁 ハンバーグ フロccoliソース	軟飯 みそ汁 ハンバーグ フロccoliソース	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
3	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 刻み果物	かた粥 拌三絲 青菜と塩昆布の炒り煮 果物	軟飯 拌三絲 青菜と塩昆布の炒り煮 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
4	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	かた粥 豚肉と野菜の炒め煮 フレンチサラダ 果物	軟飯 カレー フレンチサラダ 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
6	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 豆腐のくず煮 野菜の煮物 刻み果物	かた粥 豆腐の炒め煮 春雨サラダ 果物	軟飯 豆腐の炒め煮 春雨サラダ 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
7	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 すき昆布の炒り煮	軟飯 みそ汁 焼き魚 すき昆布の炒り煮	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
8	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 粉ふきいも	軟飯 みそ汁 つくね焼き 粉ふきいも	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
9	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 高野豆腐の卵とし 切干大根とツナのあえもの 果物	軟飯 高野豆腐の卵とし 切干大根とツナのあえもの 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	パン
10	金	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 春雨スープ 豚肉のケチャップ炒め ポイル野菜	軟飯 春雨スープ 豚肉のケチャップ炒め ポイル野菜	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	塩昆布 おにぎり
11	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	かた粥 じゃがいものそぼろ煮 みそ汁 果物	軟飯 じゃがいものそぼろ煮 みそ汁 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
13	月	みどり粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	みどり粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物 刻み果物	かた粥 麻婆豆腐 コーン入りおひたし 果物	軟飯 麻婆豆腐 コーン入りおひたし 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	パン
14	火	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 野菜汁 煮魚 おひたし	軟飯 野菜汁 煮魚 おひたし	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
15	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 つくね焼き ポテトサラダ キャベツスープ	軟飯 つくね焼き ポテトサラダ キャベツスープ	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 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 歯ぐきでつぶせるかたさ (バナナくらい)	生後12~18か月頃 歯ぐきでかめるかたさ (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
16	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 焼きのり 卵お好み焼き ゆでブロッコリー	軟飯 みそ汁 焼きのり 卵お好み焼き ゆでブロッコリー	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	のりおにぎり
17	金	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 秋なすのみそ汁 煮魚 ひじき入りおひたし 果物	軟飯 秋なすのみそ汁 煮魚 ひじき入りおひたし 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
18	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	かた粥 豚肉と野菜の炒め煮 わかめスープ 果物	軟飯 豚肉と野菜の炒め煮 わかめスープ 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
21	火	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 すまし汁 豚肉と野菜のみそ炒め煮 果物	軟飯 すまし汁 豚肉と野菜のみそ炒め煮 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	パン
22	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 野菜のおやき 三色ひたし	軟飯 みそ汁 野菜のおやき 三色ひたし	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
24	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 豚肉と野菜の炒め煮 おひたし 果物	軟飯 カレー おひたし 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
25	土	運 動 会							
27	月	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 肉じゃが 焼きのり キャベツとツナのおえもの 果物	軟飯 肉じゃが 焼きのり キャベツとツナのおえもの 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おかか おにぎり
28	火	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 野菜のうま煮 マカロニサラダ 果物	軟飯 野菜のうま煮 マカロニサラダ 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	ヨーグルト
29	水	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 けんちん汁 煮魚 小松菜の磯香あえ	軟飯 けんちん汁 煮魚 小松菜の磯香あえ	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
30	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 かき卵コーンスープ つくね焼き じゃがいものソテー	軟飯 かき卵コーンスープ つくね焼き じゃがいものソテー	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	パン


 ~ 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。

