



給食こんだて

識名さつき認定こども園

令和6年

★赤・黄・緑の食べ物のグループ分けは、6つの基礎食品(厚生労働省)と、食べ物の3つのはたらき(文部科学省)をもとにしています。



(作成者) 柴妻士 野原正子

日曜	献立名	おやつ 午前(1~2歳児) 午後(1~5歳児)	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	おやつ 午前(1~2歳児) 午後(1~5歳児)	おもな材料(昼食)		
			あか 血や肉・骨と なる	きいろ 熱や力とな る	みどり 体の調子をよく する				あか 血や肉・骨と なる	きいろ 熱や力とな る	みどり 体の調子をよく する
1	ごはん 魚のタルタル焼き ひじきの五目煮 スライストマト みそ汁 果物	米せんべい サクサクさつま芋 保育乳	筍 干ひじき 竹小町 油揚げ 豆腐	精白米 強化米(鉄) さつま芋	玉ねぎ 人参 糸こんにゃく GP ニラ トマト えのきたけ ねぎ りんご	18	ハヤシライス スティックきゅうり すまし汁 果物	*** げんまい棒 保育乳	鶏ささみ 豆腐 わかめ	精白米 強化米(鉄) じゃが芋	玉ねぎ 人参 GP きゅうり えのきたけ ねぎ ネーブル
2	タコライス ゴマじゃが スティックきゅうり 春雨スープ 果物	米せんべい こいのぼりクッキー 保育乳	豚ひき肉 ピザチーズ 鶏ささみ	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 白すりごま 春雨	玉ねぎ 人参 レタス トマト ブロッコリー きゅうり 赤ピーマン 白菜 バナナ	20	黒米ごはん 豚肉のしょうが焼き ゴーヤーの揚げ煮 みそ汁 果物	バナナ ジャムサンド 保育乳	豚肩ロース 豆腐 わかめ	精白米 黒米 強化米(鉄) 白ゴマ 黒ゴマ	人参 玉ねぎ しめじ にがり 大根 ねぎ ネーブル
7	キーマカレー ポイルウィンナー カリカリきゅうり もずくスープ 果物	米せんべい お麩ラスク 保育乳	鶏ひき肉 ウィンナー もずく	精白米 強化米(鉄) じゃが芋 白ゴマ 筍	人参 玉ねぎ GP ピーマン トマト きゅうり たけのこ ねぎ 筍	21	肉みそうどん ほうれん草の白あえ フライドポテト 果物	バナナ いなり寿司 保育乳	豚肩ロース 油揚げ 豆腐 竹小町	茹うどん 白ゴマ じゃが芋	ごぼう ねぎ ほうれん草 人参 ネーブル
8	お弁当会  ゴーヤーの日	バナナ ちんぴん 保育乳				22	黒米ごはん 鶏肉のさっぱり煮 こんにゃくのソテー コーンスープ 果物	米せんべい 誕生会 ミニマドレーヌ 保育乳	鶏もも肉 豚肩ロース	精白米 黒米 強化米(鉄)	糸こんにゃく 人参 玉ねぎ 小松菜 コーン缶 えのきたけ バナナ
9	スパゲティミートソース キャベツのおかかあえ コーンスープ 果物	米せんべい ツナマヨおにぎり 保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉 ハム	スパゲティ	人参 玉ねぎ コーン缶 セロリ ピーマン キャベツ きゅうり コーン缶 ほうれん草 バナナ	23	マージンごはん さばのゴマだれ焼き 人参シリシリー(ゴーヤー入り) きゅうりの甘酢あえ もずくスープ 果物	米せんべい あんサンド 保育乳	さば 豚肉 鶏ささみ もずく	精白米 強化米(鉄) もちきび 白ゴマ	人参 ブロッコリー にがり もやし きゅうり 白菜 ねぎ りんご
10	炊き込みごはん 魚の竜田揚げ こんにゃくのソテー ゆし豆腐汁 果物	バナナ 玄米フレークスナック 保育乳	鶏もも肉 干ひじき 白身魚 鶏ささみ ゆし豆腐	精白米 強化米(鉄)	人参 ごぼう 糸こんにゃく Hコーン缶 小松菜 ねぎ りんご	24	のりごはん 豚大根のみそ煮 芋とひじきのサラダ ゆし豆腐汁 果物	バナナ くずもち 保育乳	豚肩ロース 干ひじき ゆし豆腐	精白米 強化米(鉄) さつま芋	大根 人参 糸こんにゃく ねぎ ネーブル
11	豚焼肉どんぶり きゅうりのごまあえ みそ汁 果物	*** はちや棒 保育乳	豚肩ロース わかめ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ ごま	玉ねぎ 人参 ピーマン きゅうり とうがん ねぎ ネーブル	25	クファジュシー 温サラダ 豚汁 果物	*** 亀の甲せんべい 保育乳	ツナ缶 豚肉	精白米 強化米(鉄)	人参 干しいたけ ニラ トマト Hコーン缶 ブロッコリー とうがん ねぎ ネーブル
3	マージンごはん 鶏肉のマーマレード焼き ひじきの煮物 スライストマト 魚のみそ汁 果物	米せんべい ココア蒸しパン 保育乳	鶏もも肉 干ひじき 油揚げ 白身魚	精白米 強化米(鉄) もちきび	人参 さやいんげん トマト 大根 ねぎ ネーブル	27	黒米ごはん チキン照り焼き 春雨の中華炒め スライストマト みそ汁 果物	米せんべい オートミールスナック 保育乳	鶏もも肉 竹小町 豆腐 わかめ	精白米 黒米 強化米(鉄) 春雨	玉ねぎ たけのこ 人参 しめじ キャベツ さやいんげん トマト へちま ねぎ りんご
14	ロールパン ハンバーグ フライドポテト 温サラダ かぼちゃスープ 果物	バナナ みそおにぎり 麦茶 保育乳	豚ひき肉 牛ひき肉 ベーコン	ロールパン (超熟) じゃが芋 精白米 強化米(鉄)	玉ねぎ ブロッコリー キャベツ コーン缶 かぼちゃ 玉ねぎ りんご	28	マージンごはん レバーフライ 昆布イリチー トマトサラダ みそ汁	バナナ マシュマロサンド 保育乳	豚レバー 豚肩ロース 油揚げ	精白米 強化米(鉄) もちきび	刻み昆布 かんぴょう 人参 トマト 糸こんにゃく レタス きゅうり 大根 ねぎ ネーブル
15	のりごはん 豚肉のゴマ焼き ほうれん草のソテー スティックきゅうり そうめん汁 果物	米せんべい オレンジゼリー クラッカー(市販) 保育乳	豚もも肉 ベーコン ツナ缶	精白米 強化米(鉄) 黒ゴマ そうめん	ほうれん草 もやし Hコーン缶 きゅうり ねぎ ネーブル	29	沖縄そば ゴマじゃが スティックきゅうり 果物	米せんべい 青菜おにぎり 保育乳	豚三枚肉 丸かまぼこ ツナ缶	沖縄そば (茹) じゃが芋 白すりごま	刻み昆布 ねぎ ブロッコリー 人参 きゅうり ネーブル
16	フーチバージュシー 鮭のみじ焼き 切干大根のイリチー みそ汁 果物	バナナ ヨーグルト入リスコーン 保育乳	ツナ缶 鮭 鶏ささみ 豆腐 わかめ	精白米 強化米(鉄)	よもぎ 人参 赤ピーマン 切干大根 かんぴょう 糸こんにゃく なす ねぎ ネーブル	30	黒米ごはん 魚のパン粉焼き きんぴらごぼう(カレー風味) ブロッコリー もずくスープ 果物	米せんべい 蒸し芋(焼き芋) 保育乳	白身魚 鶏もも肉 もずく 絹ごし豆腐	精白米 黒米 強化米(鉄)	ごぼう 人参 さやいんげん ブロッコリー たけのこ ねぎ バナナ
17	黒米ごはん とうがんのそぼろ煮 ブロッコリーとトマトのごまあえ イナムドウチ 果物	米せんべい 大学芋 保育乳	豚ひき肉 豚肩ロース 豚三枚肉 カステラカマ ポコ	精白米 黒米 強化米(鉄) 練りごま	とうがん GP ブロッコリー トマト 干しいたけ ねぎ バナナ	31	ごはん 納豆みそ さばのりんごソースかけ かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁 果物	バナナ せんべい ココアプリン 保育乳	ひきわり納豆 ツナ缶 さば 豚ひき肉 豚肉 わかめ	精白米 強化米(鉄) 白ゴマ	玉ねぎ かぼちゃ 玉ねぎ 大根 ねぎ ネーブル

★材料、行事、その他の都合により、献立を変更することがあります。
★食物アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき、『保育所におけるアレルギー対応ガイドライン(厚生省2019)』に沿って実施します。



★「離乳食の献立表」は、該当者だけに配布しています。
★幼児食移行期(1歳~1歳半頃)は、咀嚼能力にあわせて調理形態や食材を替える場合があります。





【令和6年】

- ★ 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って、離乳食を進めます。
- ★ 献立は月齢ごとの目安です。使用食品・調理形態・分量など、個人差を考慮します。
- ★ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月頃です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。

識名さつき認定こども園

【NO1】

(作成者) 栄養士 野原正子

回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月令	離乳初期 5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃
形態	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(ごっくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)
固さ					
1	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 青のり 白身魚 人参 りんご ブロッコリー ジャが芋 コーン缶	のりがゆ(べたべた) 魚と人参のうま煮 ブロッコリースープ	のりがゆ ⇒ 軟飯 魚と人参のうま煮 ブロッコリースープ 手づかみポテト	芋がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のスープ バナナ	芋がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のみそ汁 バナナ
2	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し ブロッコリーすり流し 野菜スープ (主な材料) 米 ブロッコリー ジャが芋 白菜 人参 ささみ そうめん バナナ	全がゆ(べたべた) 野菜そぼろ煮風 くたくたそうめん汁 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 野菜そぼろ煮風 そうめん汁 バナナ	鶏がゆ(べたべた) かぼちゃのスープ ゆるゆるりんごゼリー	鶏がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃスープ ゆるゆるりんごゼリー 手づかみかぼちゃ (主な材料) 米 ささみ 玉ねぎ 人参 かぼちゃ ホワイトソース りんご 粉寒天
7	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト 野菜スープ (主な材料) 米 ジャが芋 ささみ 玉ねぎ 人参	全がゆ(べたべた) ころころポテト チキン野菜スープ	全がゆ ⇒ 軟飯 ころころポテト チキン野菜スープ	全がゆ(べたべた) 白身魚と人参のうま煮 白菜汁(みそ風味) ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚と人参のうま煮 白菜のみそ汁 ネーブル (主な材料) 米 白身魚 ジャが芋 人参 白菜 ネーブル
8	つぶしがゆ(とろとろ) 大根すりつぶし 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 豆腐 大根 ほうれん草 あおさ 人参 ネーブル	全がゆ(べたべた) 豆腐と大根のだし煮 あおさ汁 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と大根のだし煮 あおさ汁 ネーブル	パンがゆ⇒コロコロトースト 魚と野菜のスープ きなこバナナ	スティックトースト(手づかみ) 魚と野菜のスープ きなこバナナ (主な材料) 食パン 白身魚 人参 ジャが芋 ブロッコリー ホワイトソース バナナ きなこ
9	つぶしがゆ(とろとろ) ほうれん草ペースト ポテトすり流し 野菜スープ (主な材料) 米 ほうれん草 白身魚 キャベツ 玉ねぎ 人参 コーン缶 バナナ ミルク 粉寒天	みどりがゆ(べたべた) 魚と野菜のスープ バナナ寒天	みどりがゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ バナナ寒天	のりがゆ(べたべた) ツナじゃが くたくたそうめん汁	のりがゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが そうめん汁 (主な材料) 米 青のり ジャが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 そうめん ほうれん草
10	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し かぼちゃすり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 かぼちゃ 小松菜 人参 コーン缶 バナナ	全がゆ(べたべた) 白身魚とかぼちゃのうま煮 小松菜スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚とかぼちゃのうま煮 小松菜スープ バナナ	あおさがゆ(べたべた) ブロッコリーのツナ煮 ゆし豆腐汁(薄) ネーブル	あおさがゆ ⇒ 軟飯 ブロッコリーのツナ煮 ゆし豆腐汁(薄) ネーブル (主な材料) 米 あおさ ブロッコリー 人参 玉ねぎ ツナ缶 ゆし豆腐 小松菜
11	つぶしがゆ(とろとろ) とうがんですり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 鶏肉 人参 とうがん あおさ ネーブル	おじや とうがん汁(みそ風味) ネーブル	おじや とうがん汁(みそ風味) ネーブル	のりがゆ(べたべた) 白身魚と野菜のスープ バナナ	のりがゆ ⇒ 軟飯 白身魚と野菜のスープ バナナ (主な材料) 米 青のり 白身魚 ほうれん草 とうがん コーン缶 バナナ
13	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 大根すりつぶし 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 ジャが芋 人参 白身魚 大根 ネーブル	全がゆ(べたべた) 根菜だし煮 魚汁 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 根菜だし煮 魚汁 手づかみ大根 ネーブル	鶏おじや かぼちゃスープ バナナ	鶏おじや かぼちゃスープ バナナ (主な材料) 米 ささみ 大根 人参 かぼちゃ 玉ねぎ コーン缶 バナナ
14	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し かぼちゃのすり流し 野菜スープ (主な材料) 米 人参 白身魚 かぼちゃ キャベツ コーン缶 ブロッコリー バナナ	人参がゆ 魚と野菜のスープ ブロッコリーバナナ	人参がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ ブロッコリーバナナ	みどりがゆ(べたべた) かぼちゃ茶巾 あおさスープ(みそ風味)	みどりがゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃ茶巾(手づかみ) あおさのみそ汁 (主な材料) 米 ブロッコリー かぼちゃ ジャが芋 りんご ツナ缶 あおさ 人参
15	つぶしがゆ(とろとろ) ほうれん草ペースト ポテトすり流し すまし汁 (主な材料) 米 ほうれん草 玉ねぎ ジャが芋 ツナ缶 そうめん 人参 ネーブル	全がゆ(べたべた) ほうれん草のツナ煮 くたくたそうめん汁 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 ほうれん草のツナ煮 そうめん汁 手づかみ人参 ネーブル	鶏おじや ポテトスープ バナナ	鶏おじや チキンスープ バナナ (主な材料) 米 ささみ ほうれん草 人参 ジャが芋 ブロッコリー コーン缶
16	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 ほうれん草 人参 かぼちゃ ホワイトソース ネーブル	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 野菜スープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 野菜スープ 手づかみかぼちゃ ネーブル	全がゆ(べたべた) 豆腐のコーン煮 なすのスープ(みそ風味) バナナヨーグルト	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐のコーン煮 なすのみそ汁 バナナヨーグルト (主な材料) 米 豆腐 コーン缶 人参 なす ほうれん草 わかめ Pヨーグルト



回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月令	離乳初期 5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃
形態固さ	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(ごっくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)
17 金	つぶしがゆ(とろとろ) とうがんですり流し ブロッコリーのすり流し すまし汁 (主な材料) 米 とうがん ツナ缶 トマト ささみ 人参 バナナ	全がゆ(べたべた) とうがんのツナ煮 チキンスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 とうがんのツナ煮 チキンスープ バナナ	おじや 魚とほうれん草のスープ ネーブル 米 人参 さつま芋 あおさ 白身魚 ブロッコリー 玉ねぎ Gコーン缶	おじや 魚とほうれん草のスープ ネーブル おじや ⇒ 軟飯 かぼちゃポタージュ バナナ
18 土	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト すまし汁 	鶏おじや 豆腐のすまし汁 ネーブル	鶏おじや 豆腐のすまし汁 ネーブル	ツナがゆ(べたべた) かぼちゃポタージュ バナナ	おじや ⇒ 軟飯 かぼちゃポタージュ バナナ 
20 月	つぶしがゆ(とろとろ) ブロッコリーすり流し ポテトすり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 じゃが芋 人参 ブロッコリー ささみ あおさ ネーブル	全がゆ(べたべた) 野菜と鶏そぼろ煮 あおさ汁 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 野菜と鶏そぼろ煮 あおさ汁 ネーブル	おじや 魚のスープ バナナ	おじや 魚のスープ バナナ 米 玉ねぎ 人参 白身魚 じゃが芋 ホワイトソース ブロッコリー バナナ
21 火	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し ほうれん草ペースト 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 茹でうどん 豆腐 人参 ほうれん草 じゃが芋 ネーブル	豆腐と野菜の煮込みうどん ポテトのトマト風味 ネーブル	豆腐と野菜の煮込みうどん ポテトのトマト風味 ネーブル 手づかみ芋	全がゆ(べたべた) 鶏ささみのみどりあん ポテトスープ バナナ寒天	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏ささみのみどりあん ポテトスープ バナナ寒天 米 ささみ ほうれん草 じゃが芋 人参 Gコーン缶 バナナ ミルク 粉寒天
22 水	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト 小松菜すりつぶし 野菜スープ (主な材料) 米 ささみ 人参 じゃが芋 小松菜 Gコーン缶 バナナ	全がゆ(べたべた) 鶏と野菜のうま煮 コーンスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏と野菜のうま煮 コーンスープ バナナ	あおさ人参がゆ(べたべた) 魚と野菜のクリームスープ ネーブル	あおさ人参がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のクリームスープ ネーブル 米 あおさ 人参 白身魚 じゃが芋 かぼちゃ 玉ねぎ ネーブル
23 木	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し ブロッコリーすり流し 人参ペースト (主な材料) 米 白身魚 人参 白菜 ブロッコリー りんご そうめん あおさ	魚と野菜のおじや ブロッコリーのりんご煮 くたくたそうめん汁	魚と野菜のおじや ブロッコリーのりんご煮 くたくたそうめん汁	パンがゆ⇒ころころトースト チキン野菜スープ バナナ	スティックトースト(手づかみ) チキン野菜スープ バナナ 食パン ささみ かぼちゃ ブロッコリー 玉ねぎ 白菜 バナナ
24 金	つぶしがゆ(とろとろ) 大根すり流し 人参ペースト ブロッコリーすり流し すまし汁 (主な材料) 米 青のり さつま芋 大根 人参 ブロッコリー ゆし豆腐 ネーブル	全がゆ(べたべた) 根菜煮物 豆腐あおさ汁 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 根菜煮物 手づかみ大根 豆腐あおさ汁 ネーブル	ツナがゆ さつま芋とりんごのきんとん 大根スープ(みそ風味)	ツナがゆ さつま芋とりんごのきんとん 大根のみそ汁 米 ツナ缶 ブロッコリー さつま芋 りんご きなこ 大根 あおさ
25 土	つぶしがゆ(とろとろ) とうがんですり流し ブロッコリーすり流し すまし汁 (主な材料) 米 ブロッコリー 人参 玉ねぎ ツナ缶 とうがん あおさ ネーブル	野菜がゆ(べたべた) とうがん汁(みそ風味) ネーブル	野菜がゆ(べたべた) とうがんのみそ汁 ネーブル 	のりがゆ(べたべた) 魚とポテトのスープ バナナ	のりがゆ ⇒ 軟飯 魚とポテトのスープ バナナ 
27 月	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト かぼちゃすり流し すまし汁 (主な材料) 米 かぼちゃ 玉ねぎ 豆腐 キャベツ 人参 ネーブル	全がゆ(べたべた) かぼちゃ煮物 豆腐の汁(みそ風味) ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃ煮物 豆腐のみそ汁 ネーブル	菜がゆ(べたべた) 炒り豆腐 ポテトスープ	菜がゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 ポテトスープ 米 キャベツ 豆腐 人参 トマト ほうれん草 じゃが芋 Gコーン缶
28 火	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 大根すりつぶし ほうれん草すり流し すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 大根 人参 かぼちゃ 玉ねぎ バナナ	全がゆ(べたべた) 白身魚のあんかけ風 野菜スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のあんかけ風 野菜スープ(手づかみかぼちゃ) バナナ	ツナおじや あおさ汁 ゆるゆるりんごゼリー	ツナおじや あおさ汁 ゆるゆるりんごゼリー 米 ツナ缶 じゃが芋 人参 ほうれん草 あおさ りんご 粉寒天
29 水	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト 野菜スープ (主な材料) 茹でうどん 人参 玉ねぎ 白身魚 じゃが芋 ブロッコリー ネーブル	野菜うどん 白身魚のケチャップ風味 ネーブル	野菜うどん 白身魚のケチャップ風味 ネーブル 手づかみポテト	全がゆ(べたべた) 鶏ささみの野菜あん ポテトスープ(みそ風味)	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏ささみの野菜あん ポテトのみそ汁 米 ささみ 人参 小松菜 りんご じゃが芋 あおさ
30 木	つぶしがゆ(とろとろ) 絹ごし豆腐のすり流し ブロッコリーすり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 絹ごし豆腐 ブロッコリー 人参 あおさ ほうれん草 バナナ	全がゆ(べたべた) 絹ごし豆腐の二色煮 あおさ汁 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 絹ごし豆腐の二色煮 あおさ汁 バナナ	全がゆ(べたべた) 白身魚のポテト煮 人参スープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のポテト煮 人参スープ 手づかみ人参 ネーブル 米 青のり 白身魚 じゃが芋 ブロッコリー 人参 玉ねぎ Gコーン缶
31 金	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し かぼちゃすり流し 大根すり流し すまし汁 (主な材料) 米 ひきわり納豆 白身魚 かぼちゃ 玉ねぎ 大根 あおさ ネーブル	納豆がゆ(べたべた) 魚とかぼちゃのスープ煮 大根スープ(みそ風味) ネーブル	納豆がゆ ⇒ 軟飯 魚とかぼちゃのスープ煮 大根スープ(みそ風味) ネーブル	鶏おじや ほうれん草スープ バナナ	鶏おじや ほうれん草スープ バナナ 米 ささみ 人参 ほうれん草 じゃが芋 玉ねぎ Gコーン缶 バナナ



※ 離乳食の進め方など気になることは、担任の先生へお気軽にお問合せください。

