

令和8年1月

●形状は、月齢などに合わせています。試していない食材がある場合や不安な食材がある場合は、早めに担任へご連絡ください。

日	曜 日	初期食 (5～6か月)	中期食(7～8か月)		後期食(9～11か月)		完了食(12か月)		午後食(中期食・後期食)	
			午 前 食		午 前 食		午 前 食		完了期・移行期食	
5 ・ 26	月	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ささみ粥	米、ささみ、玉ねぎ	ささみ粥	米、ささみ、玉ねぎ	乳児食と同じ	お粥	米	
			ツナポテサラダ	人参、じゃが芋、ツナ	ツナポテサラダ	人参、じゃが芋、ツナ		スープ	じゃが芋、玉ねぎ、人参	
			スープ	大根、コーン、玉ねぎ	スープ	大根、コーン、玉ねぎ				
			乳児食と同じ							
6	火	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	パン粥	食パン、粉ミルク	スティックパン	食パン、粉ミルク	乳児食と同じ	かぼちゃ粥	米、かぼちゃ	
			白身魚の野菜煮	白身魚	白身魚の野菜煮	白身魚		スープ	キャベツ、人参、玉ねぎ	
			スープ	ほうれん草、人参、玉ねぎ	スープ	ほうれん草、人参、玉ねぎ				
			乳児食と同じ							
7	水	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	しらす粥	米、しらす	しらす粥	米、しらす	・七草雑炊→しめじ抜き ・から揚げ→肉団子へ変更 ・根菜煮→さつま芋と人参の煮物に変更	パン粥	食パン、粉ミルク	
			ささみ野菜あん	ささみ	ささみやわらか煮	ささみ		スープ	玉ねぎ、かぶ、コーン	
			スープ	大根、人参、白菜	大根サラダ	大根、人参、白菜				
			乳児食と同じ							
8 ・ 22	木	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥	米	五倍粥	米	・芋煮汁→こんにゃく、ごぼう抜き 豚肉を肉団子へ変更	豆腐粥	米、豆腐	
			白身魚野菜あん	白身魚	白身やわらか煮	白身魚		スープ	もやし、人参、玉ねぎ	
			スープ	ほうれん草、人参	納豆和え	納豆、ほうれん草、人参				
			乳児食と同じ							
9 ・ 20	金 ・ 火	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	くたくたうどん	うどん、キャベツ	くたくたうどん	うどん、キャベツ	・スープ→えのき抜き	ささみ粥	米、ささみ	
			豆腐野菜煮	玉ねぎ、人参	豆腐野菜煮	玉ねぎ、人参		スープ	人参、玉ねぎ、ほうれん草	
				豆腐、しらす、わかめ、もやし		豆腐、しらす、わかめ、もやし				
			・鶏五目おにぎり→椎茸、ごぼう抜き							
10 ・ 24	土	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ささみ粥	米、ささみ、玉ねぎ	ささみ粥	米、ささみ、玉ねぎ	乳児食と同じ	パン粥	食パン、粉ミルク	
			さつま芋サラダ	さつま芋、人参、コーン	さつま芋サラダ	さつま芋、人参、コーン		スープ	もやし、人参	
			スープ	豆腐、わかめ、玉ねぎ	スープ	豆腐、わかめ、玉ねぎ				
			乳児食と同じ							
13 ・ 27	火	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥	米	五倍粥	米	・ちゃんちゃん焼き→しめじ抜き ・汁→油揚げ抜き	チーズ粥	米、粉チーズ	
			白身野菜煮	白身魚	白身野菜煮	白身魚		スープ	玉ねぎ、かぼちゃ	
			スープ	キャベツ、人参	スープ	キャベツ、人参				
			乳児食と同じ							

日付	曜日	初期食 (5～6か月)	中期食(7～8か月)		後期食(9～11か月)		完了食(12か月)	午後食(中期食・後期食)	
			午 前 食		午 前 食		午 前 食	完了期・移行期食	
14 ・ 28	水	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	パン粥 ささみトマト大豆煮	食パン、粉ミルク ささみ、トマト、玉ねぎ 大豆、人参 かぶ、人参、玉ねぎ	スティックパン ささみトマト大豆煮	食パン ささみ、トマト、玉ねぎ 大豆、人参 かぶ、人参、玉ねぎ 粉ミルク	・スープ→椎茸抜き	さつまいも粥	米、さつまいも
			スープ					スープ	ブロッコリー、ツナ、白菜
			乳児食と同じ						
15 ・ 29	木	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ささみ豆腐粥 野菜くたくた煮	米、ささみ、豆腐 もやし、人参	ささみ豆腐粥 野菜くたくた煮	米、ささみ、豆腐 もやし、人参	乳児食と同じ	ミルク粥	米、粉ミルク
			スープ					スープ	玉ねぎ、人参、のり
			果物	キャベツ、玉ねぎ バナナ	スープ 果物	キャベツ、玉ねぎ バナナ			
			乳児食と同じ						
16 ・ 30	金	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥 白身魚野菜あん	米 白身魚 キャベツ、人参 じゃが芋、人参、玉ねぎ トマト	五倍粥 白身魚やわらか煮 キャベツサラダ	米 白身魚 キャベツ、人参 じゃが芋、人参、玉ねぎ トマト	乳児食と同じ	パン粥	食パン、粉ミルク
			スープ					スープ	白菜、コーン、人参
			乳児食と同じ						
17 ・ 31	土	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ささみ青菜粥 野菜ツナ煮	米、ささみ、ほうれん草 ツナ、キャベツ、人参	ささみ青菜粥 野菜ツナ煮	米、ささみ、ほうれん草 ツナ、キャベツ、人参	・ちくわサラダ→ちくわ抜き	青のり粥	米、青のり
			スープ					スープ	もやし、人参
			果物	玉ねぎ、わかめ バナナ	スープ 果物	玉ねぎ、わかめ バナナ			
			乳児食と同じ						
19	月	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ひじき粥 豆腐野菜煮	米、ひじき 豆腐、ほうれん草、もやし 人参 大根、人参、玉ねぎ	ひじき粥 豆腐野菜煮	米、ひじき 豆腐、ほうれん草、もやし 人参 大根、人参、玉ねぎ	・けんちん汁→椎茸、油揚げ、ごぼう、こんにゃく抜き	しらす粥	米、しらす
			スープ					スープ	玉ねぎ、ささみ、人参
			乳児食と同じ						
21	水	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥 ささみ野菜煮	米 ささみ さつまいも、人参 大根、人参、玉ねぎ	五倍粥 ささみ野菜煮	米 ささみ さつまいも、人参 大根、人参、玉ねぎ	・から揚げ→肉団子へ変更 ・根菜煮→さつま芋と人参の煮物に変更	パン粥	食パン、粉ミルク
			スープ					スープ	玉ねぎ、かぶ、コーン
			乳児食と同じ						
23	金	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	パン粥 ささみ野菜あん	食パン、粉ミルク ささみ ブロッコリー、人参 かぶ、人参、白菜	スティックパン ささみやわらか煮 ブロッコリーサラダ	食パン ささみ ブロッコリー、人参 かぶ、人参、白菜 粉ミルク	乳児食と同じ	お粥	米
			スープ					スープ	カリフラワー、人参
			乳児食と同じ						

★日々の給食は、サイクルメニューとなっています。行事や市場の都合により献立内容が変更になる場合がありますが、ご了承ください。

★初期食の最初の進め方は、少量より無理がないよう調整しながら開始していきます。

★昼食・おやつには、麦茶・牛乳も含みます。完了期の牛乳は家庭での試しが終わってから提供となります。