

令和8年2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	
2	月	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	・肉じゃが→しらたき抜き ・たたききゅうりの和え物→えのき抜き ・切り干し大根の味噌汁→油揚げ抜き	パン粥	食パン、粉ミルク
			肉じゃが	じゃが芋、玉ねぎ	肉じゃが	じゃが芋、玉ねぎ		スープ	豆腐、玉ねぎ、人参
			スープ	人参、ささみ 玉ねぎ、人参	スープ	人参、ささみ 玉ねぎ、人参			
			乳児食と同じ						
3	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	・から揚げ→肉団子へ変更	さつまいも粥	米、さつまいも
			ささみの野菜あんかけ	ささみ	ささみのやわらか煮	ささみ		スープ	キャベツ、人参、玉ねぎ
			スープ	ブロッコリー、人参、コーン わかめ、麩、玉ねぎ	ブロッコリーサラダ スープ	ブロッコリー、人参、コーン わかめ、麩、玉ねぎ			
			乳児食と同じ						
4	水	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	乳児食と同じ	かぼちゃ粥	米、かぼちゃ
			豆腐の野菜あんかけ	豆腐	豆腐のやわらか煮	豆腐		スープ	白菜、人参、玉ねぎ
			スープ	ほうれん草、人参、じゃが芋、玉ねぎ 玉ねぎ、白菜	野菜煮込み スープ	ほうれん草、人参、じゃが芋、玉ねぎ 玉ねぎ、キャベツ 粉ミルク			
			乳児食と同じ						
5 ・ 19	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	・けんちん汁→ごぼう、油揚げ抜き	青のり粥	米、青のり
			鮭の野菜あんかけ	鮭	鮭のやわらか煮	鮭		スープ	人参、小松菜、大根
			スープ	小松菜、もやし、人参 豆腐、大根、人参	小松菜の和え物 スープ	小松菜、もやし、人参 豆腐、大根、人参			
			乳児食と同じ						
6	金	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、玉ねぎ、人参	くたくたうどん	うどん、玉ねぎ、人参	乳児食と同じ	お粥	米
			かぼちゃサラダ	ささみ かぼちゃ、玉ねぎ、人参	かぼちゃサラダ	ささみ かぼちゃ、玉ねぎ、人参		スープ	豆腐、玉ねぎ、コーン
			乳児食と同じ						
7 ・ 21	土	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	肉野菜粥	米、ささみ、玉ねぎ	肉野菜粥	米、ささみ、玉ねぎ	・スープ→えのき抜き	お粥	米
			白菜サラダ	人参、じゃが芋 白菜、人参、りんご	白菜サラダ	人参、じゃが芋 白菜、人参、りんご		スープ	じゃが芋、人参、白菜
			スープ	ちんげん菜、コーン	スープ	ちんげん菜、コーン			
			乳児食と同じ						
9	月	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	チーズ粥	米、チーズ	チーズ粥	米、チーズ	・バーベキューチキン→肉団子へ変更	パン粥	食パン、粉ミルク
			ささみの野菜あんかけ	ささみ	ささみの野菜あんかけ	ささみ		スープ	人参、ブロッコリー、玉ねぎ
			スープ	ブロッコリー、カリフラワー、人参 玉ねぎ、人参	スープ	ブロッコリー、カリフラワー、人参 玉ねぎ、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	
10 ・ 24	火	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	10日)くたくたうどん	うどん、玉ねぎ、もやし、小松菜	10日)くたくたうどん	うどん、玉ねぎ、もやし、小松菜	10日)乳児食と同じ 24)味噌ラーメン→かまぼこ、たけのこ抜き		人参粥	米、人参
			24日)くたくたうどん	うどん、玉ねぎ、人参、ちんげん菜	24日)くたくたうどん	うどん、玉ねぎ、人参、ちんげん菜			スープ	大根、玉ねぎ、コーン
			白身魚の野菜あんかけ	白身魚	白身魚の野菜あんかけ	白身魚				
				大根、人参		大根、人参			・じゅーしーおにぎり→しいたけ、かまぼこ抜き	
12	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	・豚汁→ごぼう、こんにゃく抜き		のり粥	米、のり
			白身魚の野菜あんかけ	白身魚	白身魚のやわらか煮	白身魚			スープ	さつま芋、玉ねぎ、人参
			スープ	ほうれん草、もやし、人参	ほうれん草の和え物	ほうれん草、もやし、人参				
				大根、人参	スープ	大根、人参			乳児食と同じ	
13 ・ 27	金	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	13日)・鶏肉のトマト煮込み→肉団子へ変更 ・ミルクスープ→えのき抜き 27日)乳児食と同じ		お粥	米
			ささみの野菜あんかけ	ささみ	ささみのやわらか煮	ささみ			スープ	13日)白菜、小松菜、玉ねぎ
				13日)じゃが芋、玉ねぎ、人参	14日)ポテトサラダ	14日)じゃが芋、玉ねぎ、人参				27日)キャベツ、人参、玉ねぎ
			スープ	27日)かぼちゃ、玉ねぎ、人参	27日)かぼちゃサラダ	28日)かぼちゃ、玉ねぎ、人参			乳児食と同じ	
14 ・ 28	土	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	肉野菜粥	米、ささみ、玉ねぎ	肉野菜粥	米、ささみ、玉ねぎ	・キャベツの甘酢和え→油揚げ抜き		お粥	米
			キャベツサラダ	人参	キャベツサラダ	人参			スープ	玉ねぎ、人参、コーン
			スープ	キャベツ、人参	スープ	キャベツ、人参				
			果物	わかめ、豆腐	果物	わかめ、豆腐			乳児食と同じ	
16	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		パン粥	食パン、粉ミルク
			ブロッコリーサラダ	ブロッコリー、キャベツ、人参	ブロッコリーサラダ	ブロッコリー、キャベツ、人参			スープ	玉ねぎ、キャベツ、人参
			スープ	ほうれん草、コーン、玉ねぎ	スープ	ほうれん草、コーン、玉ねぎ				
			ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト	ヨーグルト			乳児食と同じ	
17	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	・チキンチキンごぼう→ごぼう抜き ・味噌汁→油揚げ抜き		玉ねぎ粥	米、玉ねぎ
			ささみの野菜あんかけ	ささみ	ささみのやわらか煮	ささみ			スープ	小松菜、人参
				小松菜、コーン、人参、ひじき	ひじきサラダ	小松菜、コーン、人参、ひじき				
			スープ	玉ねぎ、人参	スープ	玉ねぎ、人参			乳児食と同じ	
18	水	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、豆腐、玉ねぎ	くたくたうどん	うどん、豆腐、玉ねぎ	・ジャージャー麺→たけのこ抜き		かぼちゃ粥	米、かぼちゃ
			しらすと野菜の和え物	しらす、白菜、人参	しらすと野菜の和え物	しらす、白菜、人参			スープ	白菜、玉ねぎ、人参
			さつま芋煮	さつま芋	さつま芋煮	さつま芋				
									乳児食と同じ	

20	木	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	野菜粥	米、ほうれん草、もやし、人参	野菜粥	米、ほうれん草、もやし、人参	乳児食と同じ	パン粥	食パン、粉ミルク
			ささみと野菜の煮物	ささみ、かぶ	ささみと野菜の煮物	ささみ、かぶ		スープ	ほうれん草、人参、玉ねぎ
			スープ	白菜、玉ねぎ	スープ	白菜、玉ねぎ			
								乳児食と同じ	
25	水	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	・なめこ汁→なめこ抜き、豆腐の味噌汁へ変更	パン粥	食パン、粉ミルク
			白身魚の野菜あんかけ	白身魚	白身魚の野菜あんかけ	白身魚		スープ	玉ねぎ、人参、麴
			スープ	ブロッコリー、コーン、人参 豆腐、玉ねぎ	スープ	ブロッコリー、コーン、人参 豆腐、玉ねぎ			
								乳児食と同じ	
26	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	・豚肉とレバー→肉団子、鶏レバーへ変更 ・白菜のすまし汁→えのき、かまぼこ抜き	さつま芋粥	米、さつま芋
			鶏レバーの野菜あんかけ	鶏レバー	鶏レバーのやわらか煮	鶏レバー		スープ	大根、人参
			スープ	わかめ、大根、人参 白菜、玉ねぎ	わかめサラダ	わかめ、大根、人参 白菜、玉ねぎ			
								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。