

令和8年4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)	午前食				午後食			
			中期食(7~9か月)		後期食(9~12か月)		中期食・後期食		完了食	
1 ・ 15	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 ブロッコリーサラダ ヨーグルト	うどん、ささみ、玉ねぎ 人参 ブロッコリー、人参、コーン ヨーグルト	くたくたうどん ブロッコリーサラダ ヨーグルト	うどん、ささみ、玉ねぎ 人参 ブロッコリー、人参、コーン ヨーグルト	乳児食と同じ	じゃが芋粥 スープ	米、じゃがいも、青のり キャベツ、玉ねぎ、人参	乳児食と同じ
2 ・ 16	木	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥 白身魚の野菜あんかけ スープ	米 白身魚 白菜、人参、玉ねぎ 玉ねぎ、豆腐	五倍粥 白身魚のやわらか煮 白菜サラダ スープ	米 白身魚 白菜、人参、玉ねぎ 玉ねぎ、豆腐	・ひらひらスープ→しいたけ抜き	ツナ粥 スープ	米、ツナ 白菜、人参、粉ミルク	乳児食と同じ
3 ・ 17	金	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	パン粥 ささみの野菜あんかけ スープ	食パン ささみ カリフラワー、ブロッコリー、人参 キャベツ、トマト、玉ねぎ 粉ミルク	スティックパン ささみのやわらか煮 ブロッコリーサラダ スープ	食パン ささみ カリフラワー、ブロッコリー、人参 キャベツ、トマト、玉ねぎ 粉ミルク	乳児食と同じ	お粥 スープ	米 じゃが芋、玉ねぎ、人参	乳児食と同じ
4 ・ 18	土	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	肉野菜丼 じゃこサラダ スープ	米、ささみ、人参 ほうれん草、玉ねぎ しらす、わかめ、大根、人参 じゃが芋、玉ねぎ	肉野菜丼 じゃこサラダ スープ	米、ささみ、人参 ほうれん草、玉ねぎ しらす、わかめ、大根、人参 じゃが芋、玉ねぎ	乳児食と同じ	人参粥 スープ	米、人参 ほうれん草、玉ねぎ	乳児食と同じ
6 ・ 20	月	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	野菜粥 ささみの野菜あんかけ スープ	米、玉ねぎ、人参 ささみ ブロッコリー、キャベツ、人参 小松菜、コーン	野菜粥 ささみのやわらか煮 キャベツとブロッコリーのサラダ スープ	米、玉ねぎ、人参 ささみ ブロッコリー、キャベツ、人参 小松菜、コーン	乳児食と同じ	かぼちゃ粥 スープ	米、かぼちゃ じゃが芋、キャベツ、人参	乳児食と同じ
7 ・ 21	火	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥 白身魚のやわらか煮 スープ	米 白身魚 ほうれん草、もやし、人参 玉ねぎ、人参、じゃが芋	五倍粥 白身魚のやわらか煮 スープ	米 白身魚 ほうれん草、もやし、人参 玉ねぎ、人参、じゃが芋	・春野菜の豚汁→ごぼう、たけのこ、 こんにゃく抜き	豆腐粥 スープ	米、豆腐 ほうれん草、もやし、人参	乳児食と同じ
8 ・ 22	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 豆腐の野菜あんかけ 果物	うどん、人参、玉ねぎ、ほうれん草 豆腐、ひじき、人参、白菜 バナナ	くたくたうどん 豆腐の野菜あんかけ 果物	うどん、人参、玉ねぎ、ほうれん草 豆腐、ひじき、人参、白菜 バナナ	・親子うどん→かまぼこ抜き	さつま芋粥 スープ	米、さつま芋 人参、白菜	乳児食と同じ

日	曜日	初期食 (5~6か月)	午前食				
			中期食(7~9か月)	後期食(9~12か月)	完了食(12か月~)		
9 ・ 23	木	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥 ささみの野菜あんかけ スープ	米 ささみ 人参、もやし 大根、麩、玉ねぎ	五倍粥 ささみの野菜あんかけ スープ	米 ささみ 人参、もやし 大根、麩、玉ねぎ	乳児食と同じ
10	金	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	パン粥 豆腐の野菜あんかけ スープ	食パン 豆腐 キャベツ、人参、玉ねぎ コーン、玉ねぎ、粉ミルク	スティックパン 豆腐のやわらか煮 野菜煮 スープ	食パン 豆腐 キャベツ、人参、玉ねぎ コーン、玉ねぎ、粉ミルク	乳児食と同じ
11 ・ 25	土	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	肉野菜粥 キャベツサラダ スープ	米、ささみ、玉ねぎ、人参 キャベツ、コーン、人参 大根、玉ねぎ	肉野菜粥 キャベツサラダ スープ	米、ささみ、玉ねぎ、人参 キャベツ、コーン、人参 大根、玉ねぎ	乳児食と同じ
13 ・ 27	月	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ささみ豆腐粥 小松菜の和え物 スープ	米、ささみ、豆腐 小松菜、人参 白菜、玉ねぎ	ささみ豆腐粥 小松菜の和え物 スープ	米、ささみ、豆腐 小松菜、人参 白菜、玉ねぎ	・つるつるスープ→しめじ抜き
14 ・ 28	火	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥 豆腐の野菜あんかけ スープ	米 豆腐 さつま芋、コーン、人参 玉ねぎ、わかめ	五倍粥 豆腐のやわらか煮 さつま芋サラダ スープ	米 豆腐 さつま芋、コーン、人参 玉ねぎ、わかめ	・筑前煮→鶏と人参の煮物へ変更
24	金	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	パン粥 ささみの野菜あんかけ スープ	食パン ささみ キャベツ、人参 コーン、玉ねぎ、粉ミルク	スティックパン ささみのやわらか煮 キャベツサラダ スープ	食パン ささみ キャベツ、人参 コーン、玉ねぎ、粉ミルク	・フライドチキン→肉団子へ変更
30	木	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	人参粥 白身魚の野菜あんかけ スープ	米、人参 白身魚 ひじき、コーン、人参 大根、小松菜	人参粥 白身魚の野菜あんかけ スープ	米、人参 白身魚 ひじき、コーン、人参 大根、小松菜	・たけのこごはん→白ごはんへ変更 ・具たくさん汁→さつま揚げ、しめじ抜き

午後食		
中期食・後期食	完了食	
ミルク粥 スープ	米、粉ミルク 豆腐、玉ねぎ、人参 乳児食と同じ	
ツナ野菜粥 スープ	米、ツナ、玉ねぎ、人参 キャベツ、玉ねぎ 乳児食と同じ	
中)パン粥 後)スティックパン スープ	食パン 食パン キャベツ、玉ねぎ、豆腐 粉ミルク 乳児食と同じ	
中)パン粥 後)スティックパン スープ	食パン 食パン ちんげん菜、人参、玉ねぎ 乳児食と同じ	
きなこ粥 スープ	米、きなこ さつま芋、人参、玉ねぎ 乳児食と同じ	
ツナ野菜粥 スープ	米、ツナ、玉ねぎ、人参 キャベツ、玉ねぎ 乳児食と同じ	
お粥 スープ	米 豆腐、人参、コーン 乳児食と同じ	