

令和8年5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	金	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥 豆腐野菜あん スープ	米 豆腐 じゃがいも、玉ねぎ、人参 小松菜、人参、玉ねぎ	五倍粥 豆腐やわらか煮 ポテトサラダ スープ	米 豆腐 じゃがいも、玉ねぎ、人参 小松菜、人参、玉ねぎ	・鶏の西京焼き→肉団子に変更 ・しょうゆ汁→たけのこ抜き	ミルク粥 スープ	粉ミルク、米 玉ねぎ、のり、人参	乳児食と同じ
2	土	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥 ささみトマト煮 スープ	米 ささみ、トマト、玉ねぎ じゃが芋、ほうれん草、人参	五倍粥 ささみトマト煮 スープ	米 ささみ、トマト、玉ねぎ じゃが芋、ほうれん草、人参	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 マカロニ、玉ねぎ、人参	乳児食と同じ
7 ・ 21	木	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	パン粥 ささみ野菜煮 スープ	食パン ささみ、人参、玉ねぎ コーン、人参、玉ねぎ	スティックパン ささみ野菜煮 スープ	食パン ささみ、人参、玉ねぎ コーン、人参、玉ねぎ	乳児食と同じ	かぼちゃ粥 スープ	かぼちゃ、米 白菜、玉ねぎ、人参	乳児食と同じ
8 ・ 22	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 スープ 果物	米 白身魚 小松菜、人参、もやし 大根、人参、玉ねぎ バナナ	五倍粥 白身魚やわらか煮 青菜の和え物 スープ 果物	米 白身魚 小松菜、人参、もやし 大根、人参、玉ねぎ バナナ	・じゃぶ汁→干し椎茸、ごぼう、生揚げ、かまぼこ抜き	しらす粥 スープ	しらす、米 豆腐、玉ねぎ、もやし	乳児食と同じ
9 ・ 23	土	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ささみ粥 キャベツサラダ スープ	ささみ、米 キャベツ、人参 わかめ、玉ねぎ	ささみ粥 キャベツサラダ スープ	ささみ、米 キャベツ、人参 わかめ、玉ねぎ	・ちくわサラダ→ちくわ抜き	ツナ粥 スープ 果物	米、ツナ もやし、人参 バナナ	乳児食と同じ
11 ・ 25	月	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	たくたうどん 白菜の和え物 スープ	うどん、人参、キャベツ、ささみ 白菜、人参 チンゲンサイ、玉ねぎ、人参、	たくたうどん 白菜の和え物 スープ	うどん、人参、キャベツ、ささみ 白菜、人参 チンゲンサイ、玉ねぎ、人参、	・スープ→えのき抜き	きなこ粥 スープ	きなこ、米 人参、キャベツ、玉ねぎ	乳児食と同じ
12 ・ 26	火	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥 白身魚野菜あん スープ	米 白身魚 じゃが芋、人参 わかめ、玉ねぎ	五倍粥 白身魚やわらか煮 ポテトサラダ スープ	米 白身魚 じゃが芋、人参 わかめ、玉ねぎ	・浦上そばろ→さつま揚げ、ごぼう 白滝抜き ・若竹汁→たけのこ抜き	中)パン粥 後)スティックパン スープ	食パン 食パン にんじん、もやし、玉ねぎ	乳児食と同じ

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	
13 ・ 27	水	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ツナ野菜粥 トマトサラダ オニオンスープ ヨーグルト	ツナ、人参、玉ねぎ トマト、キャベツ、人参 玉ねぎ ヨーグルト	ツナ野菜粥 トマトサラダ オニオンスープ ヨーグルト	ツナ、人参、玉ねぎ トマト、キャベツ、人参 玉ねぎ ヨーグルト	乳児食と同じ	人参粥 スープ	人参、米 じゃが芋、玉ねぎ	乳児食と同じ
14 ・ 28	木	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥 ささみ野菜あん スープ	米 ささみ キャベツ、にんじん 大根、人参、かぼちゃ	五倍粥 ささみやわらか煮 キャベツサラダ スープ	米 ささみ キャベツ、にんじん 大根、人参、かぼちゃ	・鶏の照りかけ→肉団子に変更 ・味噌汁→さつま揚げ、ごぼう しめじ抜き	チーズ粥 スープ	チーズ、米 わかめ、キャベツ、玉ねぎ	乳児食と同じ
15	金	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	パン粥 豆腐野菜煮 トマトスープ	食パン 豆腐、じゃが芋、玉ねぎ、人参 トマト、玉ねぎ、キャベツ	スティックパン 豆腐野菜煮 トマトスープ	食パン 豆腐、じゃが芋、玉ねぎ、人参 トマト、玉ねぎ、キャベツ	・温野菜さらだ→魚肉ソーセージ抜き	お粥 スープ	米 ブロッコリー、カリフラワー、人参	乳児食と同じ
16 ・ 30	土	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ささみ粥 キャベツサラダ スープ	ささみ、米 キャベツ、人参 ほうれん草、玉ねぎ	ささみ粥 キャベツサラダ スープ	ささみ、米 キャベツ、人参 ほうれん草、玉ねぎ	・和え物→油揚げ抜き ・味噌汁→えのき抜き	中)パン粥 後)スティックパン スープ	食パン 食パン 玉ねぎ、人参	乳児食と同じ
18	月	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 スープ	米 ささみ、人参、玉ねぎ ほうれん草、玉ねぎ、人参	五倍粥 ささみ野菜煮 スープ	米 ささみ、人参、玉ねぎ ほうれん草、玉ねぎ、人参	・豚豚→肉団子に変更 たけのこ抜き	中)パン粥 後)スティックパン スープ	食パン 食パン 豆腐、キャベツ、人参	乳児食と同じ
19	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 ポテトサラダ	うどん、ツナ、玉ねぎ じゃが芋、にんじん	くたくたうどん ポテトサラダ	うどん、ツナ、玉ねぎ じゃが芋、人参、キャベツ	・ツナナポリタン→うどんへ変更	人参粥 スープ	人参、米 玉ねぎ、コーン、キャベツ	乳児食と同じ
20	水	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥 ささみ野菜あん スープ	米 ささみ キャベツ、人参 大根、豆腐、人参	五倍粥 ささみやわらか煮 キャベツサラダ スープ	米 ささみ キャベツ、人参 大根、豆腐、人参	・鶏の西京焼き→肉団子に変更 ・けんちん汁→油揚げ、ごぼう抜き	ミルク粥 スープ	ミルク、米 もやし、のり、人参	乳児食と同じ
29	金	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	野菜粥 肉じゃが ミルクスープ	玉ねぎ、人参、米 ささみ、じゃが芋、人参 粉ミルク、かぼちゃ、玉ねぎ	野菜粥 肉じゃが ミルクスープ	玉ねぎ、人参、米 ささみ、じゃが芋、人参 粉ミルク、かぼちゃ、玉ねぎ	乳児食と同じ	ツナ粥 スープ	ツナ、米 ブロッコリー、キャベツ、人参、	乳児食と同じ