

令和8年6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)	完了食(12か月~)	中期食・後期食	完了食			
1 ・ 15	月	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 かぼちゃサラダ	うどん、ささみ、大根 ほうれん草、人参 かぼちゃ、玉ねぎ、人参	くたくたうどん かぼちゃサラダ	うどん、ささみ、大根 ほうれん草、人参 かぼちゃ、玉ねぎ、人参	・ほうとう風うどん→さつま揚げ、ごぼう、しめじ抜き	コーン粥 スープ	米、コーン じゃが芋、さつま芋 人参、玉ねぎ	乳児食と同じ
2 ・ 16	火	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 大根、人参、キャベツ わかめ、玉ねぎ	五倍粥 ささみのやわらか煮 大根とキャベツの煮物 スープ	米 ささみ 大根、人参、キャベツ わかめ、玉ねぎ	乳児食と同じ	きなこ粥 スープ	米、きなこ キャベツ、もやし、人参	乳児食と同じ
3 ・ 17	水	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 ブロッコリー、カリフラワー、人参 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 ブロッコリーサラダ スープ	食パン 豆腐 ブロッコリー、カリフラワー、人参 コーン、玉ねぎ、粉ミルク	乳児食と同じ	青菜粥 スープ	米、ほうれん草 じゃが芋、玉ねぎ、人参	乳児食と同じ
4 ・ 18	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 キャベツ、人参 大根、人参	五倍粥 白身魚のやわらか煮 二色サラダ スープ	米 白身魚 キャベツ、人参 大根、人参	・豚汁→ごぼう、こんにゃく抜き	青のり粥 スープ	米、あおのり 豆腐、人参、玉ねぎ	乳児食と同じ
5 ・ 19	金	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ささみ野菜粥 さつま芋サラダ スープ	米、ささみ、玉ねぎ、人参 さつま芋、コーン、人参 もやし、豆腐	ささみ野菜粥 さつま芋サラダ スープ	米、ささみ、玉ねぎ、人参 さつま芋、コーン、人参 もやし、豆腐	乳児食と同じ	かぼちゃ粥 スープ	米、かぼちゃ 人参、玉ねぎ	乳児食と同じ
6 ・ 20	土	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ささみ粥 キャベツと小松菜の和え物 スープ	米、ささみ キャベツ、小松菜、人参 白菜、玉ねぎ	ささみ粥 キャベツと小松菜の和え物 スープ	米、ささみ キャベツ、小松菜、人参 白菜、玉ねぎ	・スタミナ丼→しらたき抜き ・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 キャベツ、人参、粉ミルク	乳児食と同じ
8 ・ 22	月	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥 鮭の野菜あんかけ スープ	米 鮭 人参、大根、コーン 豆腐、玉ねぎ	五倍粥 鮭のやわらか煮 大根サラダ スープ	米 鮭 人参、大根、コーン 豆腐、玉ねぎ	・ぬっぺい汁→椎茸抜き	ミルク粥 スープ	米、粉ミルク 玉ねぎ、人参	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)	
9 ・ 23	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 ツナサラダ	うどん、ささみ、キャベツ 玉ねぎ、人参 ツナ、ちんげん菜、もやし、人参	くたくたうどん ツナサラダ	うどん、ささみ、キャベツ 玉ねぎ、人参 ツナ、ちんげん菜、もやし、人参 ・あんかけ焼きそば→たけのこ、椎茸 抜き ・スープ→えのき抜き
10 ・ 24	水	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	パン粥 ささみの野菜あんかけ スープ	食パン ささみ キャベツ、ブロッコリー、人参 かぼちゃ、玉ねぎ、人参 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 キャベツ、ブロッコリー、人参 かぼちゃ、玉ねぎ、人参 粉ミルク ・タンドリーチキン→肉団子へ変更 ・かぼちゃのチャウダー→マッシュ ルーム抜き
11 ・ 25	木	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ささみ粥 大根サラダ スープ	米、ささみ 大根、人参、コーン 豆腐、ちんげん菜、玉ねぎ	ささみ粥 大根サラダ スープ	米、ささみ 大根、人参、コーン 豆腐、ちんげん菜、玉ねぎ ・かみかみサラダ→ごぼう抜き ・豆腐味噌汁→えのき抜き
12 ・ 30	金 ・ 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 ひじき、人参、大豆 麩、わかめ	五倍粥 豆腐のやわらか煮 ひじき煮 スープ	米 豆腐 ひじき、人参、大豆 麩、わかめ ・切り干し大根の煮物→油揚げ、椎 茸抜き
26	金	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	人参粥 ささみの野菜あんかけ スープ	米、人参 ささみ キャベツ、人参、コーン トマト、じゃが芋、玉ねぎ、マカロニ	人参粥 ささみのやわらか煮 コーンサラダ スープ	米、人参 ささみ キャベツ、人参、コーン トマト、じゃが芋、玉ねぎ、マカロニ 乳児食と同じ
29	月	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ささみトマト粥 キャベツサラダ スープ	米、ささみ、トマト、玉ねぎ キャベツ、人参 ほうれん草、玉ねぎ、コーン	ささみトマト粥 キャベツサラダ スープ	米、ささみ、トマト、玉ねぎ キャベツ、人参 ほうれん草、玉ねぎ、コーン 乳児食と同じ

午後食		
中期食・後期食		完了食
さつまいも粥 スープ	米、さつまいも 人参、玉ねぎ、麩	乳児食と同じ
お粥 スープ	米 キャベツ、人参、玉ねぎ	乳児食と同じ
お粥 スープ	米 大根、人参、玉ねぎ	乳児食と同じ
白身粥 スープ	米、白身魚 人参、コーン	乳児食と同じ
きなこ粥 スープ	米、きな粉 キャベツ、人参、玉ねぎ	乳児食と同じ
豆腐粥 スープ	米、豆腐 玉ねぎ、人参	乳児食と同じ