

令和8年7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	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 青菜和え物	うどん、ささみ、もやし、人参 ちんげんさい、人参	くたくたうどん 青菜和え物	うどん、ささみ、もやし、人参 ちんげんさい、人参	・オイスター炒め→えのき抜き	しらすかゆ スープ	しらす、米 人参、わかめ、玉ねぎ	乳児食と同じ
2	木	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥 白身魚野菜煮 スープ	米 白身魚 青のり、人参、玉ねぎ 豆腐、玉ねぎ	五倍粥 白身魚野菜煮 スープ	米 白身魚 青のり、人参、玉ねぎ 豆腐、玉ねぎ	・クーブイリチー →豚肉と人参煮に変更 ・味噌汁→油揚げ抜き	コーン粥 スープ	コーン、米 わかめ、麩、人参	乳児食と同じ
3 . 28	金 . 水	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	パン粥 ささみ野菜あん スープ	食パン ささみ かぼちゃ、玉ねぎ、人参 かぶ、玉ねぎ、人参	スティックパン ささみやわか煮 かぼちゃサラダ スープ	食パン ささみ かぼちゃ、玉ねぎ、人参 かぶ、玉ねぎ、人参	・スープ→しめじ抜き	豆腐粥 スープ	豆腐、米 キャベツ、ブロッコリー、玉ねぎ	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	ささみ粥 野菜サラダ スープ	ささみ、米 もやし、人参 麩、大根、わかめ	ささみ粥 野菜サラダ スープ	ささみ、米 もやし、人参 麩、大根、わかめ	乳児食と同じ	お粥 スープ	米 人参、玉ねぎ、豆腐	乳児食と同じ
6 . 24	月 . 金	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	野菜粥 ブロッコリーサラダ スープ	小松菜、人参、米 ブロッコリー、人参 ささみ、玉ねぎ	野菜粥 ブロッコリーサラダ スープ	小松菜、人参、米 ブロッコリー、人参 ささみ、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 コーン、人参、粉ミルク、玉ねぎ	乳児食と同じ
7	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 さつまいもサラダ	うどん、ささみ、人参 さつまいも、人参、玉ねぎ	くたくたうどん さつまいもサラダ	うどん、ささみ、人参 さつまいも、人参、玉ねぎ	乳児食と同じ	ツナ粥 スープ	ツナ、米 豆腐、玉ねぎ、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	七倍粥 ささみ野菜あんかけ スープ	米 ささみ ほうれん草、人参 わかめ、玉ねぎ	五倍粥 ささみやわか煮 青菜の和え物 スープ	米 ささみ ほうれん草、人参 わかめ、玉ねぎ	・豚くるくる煮→ごぼう抜き ・青菜きつね和え →油揚げ、えのき抜き	ミルク粥 スープ	米、粉ミルク じゃが芋、玉ねぎ、人参	乳児食と同じ
9 . 23	木	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	パン粥 白身魚の野菜あんかけ スープ	食パン 白身魚 ブロッコリー、コーン、人参 キャベツ、人参、玉ねぎ	スティックパン 白身魚のやわか煮 ブロッコリーサラダ スープ	食パン 白身魚 ブロッコリー、コーン、人参 キャベツ、人参、玉ねぎ	乳児食と同じ	ポテト粥 スープ	じゃが芋、米 カリフラワー、人参、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	
10	金	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	しらす粥 ささみ野菜あんかけ スープ	しらす、米 ささみ キャベツ、もやし、人参 青梗菜、玉ねぎ、豆腐	しらす粥 ささみやわらか煮 キャベツサラダ スープ	しらす、米 ささみ キャベツ、もやし、人参 青梗菜、玉ねぎ、豆腐	・ヤンニョムチキン→肉団子に変更 ・スープ→エリンギ抜き	きなこ粥 スープ	きな粉、米 玉ねぎ、人参、キャベツ	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	ささみ粥 コーンサラダ スープ 果物	ささみ、米 コーン、キャベツ、人参 大根、人参 バナナ	ささみ粥 コーンサラダ スープ 果物	ささみ、米 コーン、キャベツ、人参 大根、人参 バナナ	・すき焼き丼→糸こんにゃく抜き ・味噌汁→えのき抜き	お粥 スープ	米 白菜、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	七倍粥 ささみ野菜煮 スープ	米 ささみ、キャベツ、人参、玉ねぎ 人参、玉ねぎ、豆腐	五倍粥 ささみ野菜煮 スープ	米 ささみ、キャベツ、人参、玉ねぎ 人参、玉ねぎ、豆腐	・具だくさん汁→凍豆腐を豆腐に変更 こんにゃく抜き	中)パン粥 後)スティックパン スープ	食パン 食パン 大根、人参、玉ねぎ	フランスパン→食パン
14	火	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	パン粥 白身魚の野菜あんかけ スープ	食パン 白身魚 ブロッコリー、カリフラワー、人参 かぼちゃ、玉ねぎ、人参、粉ミルク	スティックパン 白身魚やわらか煮 ブロッコリーサラダ スープ	食パン 白身魚 ブロッコリー、カリフラワー、人参 かぼちゃ、玉ねぎ、人参、粉ミルク	乳児食と同じ	コーン粥 スープ	コーン、米 じゃが芋、人参、玉ねぎ	乳児食と同じ
15 ・ 29	水	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ささみ粥 青菜の和え物 スープ	ささみ、米 ほうれん草、もやし、人参 豆腐、人参、玉ねぎ、大根	ささみ粥 青菜の和え物 スープ	ささみ、米 ほうれん草、もやし、人参 豆腐、人参、玉ねぎ、大根	乳児食と同じ	ツナ粥 スープ	ツナ、米 キャベツ、人参	乳児食と同じ
16 ・ 30	木	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 スープ	うどん、玉ねぎ、トマト、ささみ じゃが芋、人参、コーン 玉ねぎ、人参	くたくたうどん ポテトサラダ スープ	うどん、玉ねぎ、トマト、ささみ じゃが芋、人参、コーン 玉ねぎ、人参	・スープ→えのき抜き	人参かゆ スープ	人参、米 玉ねぎ、わかめ、豆腐	おこわ→ごぼう抜き
17 ・ 31	金	おもゆ又は11倍がゆ 野菜ペースト スープ	納豆粥 ささみひじきあんかけ スープ 果物	納豆、米 ささみ ひじき、人参、玉ねぎ ほうれん草、玉ねぎ バナナ	納豆粥 ささみひじきあんかけ スープ 果物	納豆、米 ささみ ひじき、人参、玉ねぎ ほうれん草、玉ねぎ バナナ	・つくね焼き→れんこん、ごぼう抜き ・いんげん胡麻和え →油揚げ、ちくわ抜き	かぼちゃ粥 スープ	かぼちゃ、米 もやし、玉ねぎ、人参	乳児食と同じ
21	火	おもゆ又は11倍がゆ 野菜ペースト スープ	くたくたうどん 豆腐ツナ煮	うどん、ささみ、わかめ、人参 豆腐、ツナ、人参	くたくたうどん 豆腐ツナ煮	うどん、ささみ、わかめ、人参 豆腐、ツナ、人参	・サラダうどん→かまぼこ抜き	トマト粥 スープ	トマト、米 ほうれん草、人参	乳児食と同じ