

令和8年9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	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 さつま芋サラダ	うどん・玉ねぎ・人参・ささみ さつま芋・ブロッコリー	くたくたうどん さつま芋サラダ	うどん・玉ねぎ・人参・ささみ さつま芋・ブロッコリー ・スパゲティ→しめじ抜き	ミルク粥 スープ	米・粉ミルク キャベツ・玉ねぎ・人参	乳児食と同じ
2 ・ 16	水	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥 豆腐野菜煮 スープ	米 豆腐・ひじき・ブロッコリー 大根・人参	五倍粥 豆腐野菜煮 スープ	米 豆腐・ひじき・ブロッコリー 大根・人参 ・卵焼き→竹の子・干しシイタケ抜き ・けんちん汁→ごぼう・油揚げ抜き	ささみ粥 スープ	米・ささみ わかめ・玉ねぎ・人参	乳児食と同じ
3 ・ 17	木	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	パン粥 ささみ野菜あん スープ	食パン ささみ・かぶ・人参 玉ねぎ・キャベツ	スティックパン ささみやわらか煮 かぶサラダ スープ	食パン ささみ かぶ・人参 玉ねぎ・キャベツ ・乳児食と同じ	豆腐粥 スープ	米・豆腐 コーン・玉ねぎ・人参	乳児食と同じ
4	金	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ひじき粥 野菜とツナやわらか煮 スープ 果物	米・ひじき 人参・キャベツ・ツナ 人参・玉ねぎ バナナ	ひじき粥 野菜とツナやわらか煮 スープ 果物	米・ひじき 人参・キャベツ・ツナ 人参・玉ねぎ バナナ ・乳児食と同じ	くたくたうどん	うどん・キャベツ・人参・ささみ	乳児食と同じ
5 ・ 19	土	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ささみ粥 トマトサラダ スープ	米・ささみ トマト・キャベツ・コーン 豆腐・玉ねぎ	ささみ粥 トマトサラダ スープ	米・ささみ トマト・キャベツ・コーン 豆腐・玉ねぎ ・スープ→椎茸抜き	さつま芋粥 スープ	米・さつまいも ほうれん草・玉ねぎ	乳児食と同じ
7	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 さつま芋サラダ	うどん・キャベツ・人参・ささみ・玉ねぎ さつま芋・コーン	くたくたうどん さつま芋サラダ	うどん・キャベツ・人参・ささみ・玉ねぎ さつま芋・コーン ・乳児食と同じ	チーズ粥 スープ	米・かつお節・粉チーズ もやし・玉ねぎ・人参	乳児食と同じ
8 ・ 28	火 ・ 月	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ツナ粥 ささみ野菜あん スープ	米・ツナ ささみ・人参・もやし わかめ・コーン・玉ねぎ	ツナ粥 ささみやわらか煮 もやしサラダ スープ	米・ツナ ささみ 人参・もやし わかめ・コーン・玉ねぎ ・酢鶏→鶏団子に変更 椎茸、たけのこ抜き	青のり粥 スープ	米・青のり ほうれん草・玉ねぎ・人参	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)	完了食(12か月～)		中期食・後期食	完了食	
9・30	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・人参・コーン 豆腐・大根	五倍粥 ささみ野菜煮 コーンサラダ スープ	米 ささみ コーン・人参 豆腐・大根	・味噌汁→なめこ抜き	ミルク粥 スープ 果物	米・粉ミルク 人参・麩・玉ねぎ バナナ 乳児食と同じ
10・24	木	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ささみ野菜粥 かぼちゃサラダ スープ	米・ささみ・ジャガイモ・人参・玉ねぎ かぼちゃ・ブロッコリー ほうれん草・玉ねぎ	ささみ野菜粥 かぼちゃサラダ スープ	米・ささみ・ジャガイモ・人参・玉ねぎ かぼちゃ・ブロッコリー ほうれん草・玉ねぎ	・乳児食と同じ	コーン粥 ミルクスープ	米・コーン 玉ねぎ・人参・粉ミルク 乳児食と同じ
11・25	金	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	11日)パン粥 25日)七倍粥 白身魚野菜あん スープ	食パン 米 白身魚 キャベツ・人参・コーン 玉ねぎ・人参・ブロッコリー	11日)スティックパン 25日)五倍粥 白身魚やわらか煮 キャベツサラダ スープ	食パン 米 白身魚 キャベツ・人参・コーン 玉ねぎ・人参・ブロッコリー	・チャウダー→マッシュルーム抜き	ポテト粥 スープ	米・ジャガイモ ささみ・人参・玉ねぎ 乳児食と同じ
12・26	土	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ささみ野菜粥 もやしサラダ スープ	米・ささみ・人参・玉ねぎ もやし・人参 白菜・わかめ	ささみ野菜粥 もやしサラダ スープ	米・ささみ・人参・玉ねぎ もやし・人参 白菜・わかめ	・乳児食と同じ	お粥 スープ	米 もやし・玉ねぎ・人参 乳児食と同じ
14	月	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥 豆腐野菜煮 スープ	米 豆腐・人参・玉ねぎ 青梗菜・人参・玉ねぎ	五倍粥 豆腐野菜煮 スープ	米 豆腐・人参・玉ねぎ 青梗菜・人参・玉ねぎ	・厚揚げ炒め→豆腐に変更 ・中華きゅうり→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 コーン・玉ねぎ・人参 乳児食と同じ
18	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	米 白身魚 かぼちゃ・人参 人参・小松菜	五倍粥 白身魚やわらか煮 かぼちゃサラダ スープ	米 白身魚 かぼちゃ・人参 人参・小松菜	・呉汁→しめじ抜き	さつま芋粥 スープ	米・さつまいも 大根・玉ねぎ・人参 乳児食と同じ
29	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 豆腐野菜煮	うどん・ささみ・人参・コーン 豆腐・大根・人参	くたくたうどん 豆腐野菜煮	うどん・ささみ・人参・コーン 豆腐・大根・人参	・うどん→かまぼこ・たけのこ抜き ・きりざい→たくあん抜き ・ちくわ磯辺揚げ→白身魚に変更	さつま芋粥 スープ	米・さつまいも キャベツ・人参 乳児食と同じ