

令和8年10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	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 かれい ほうれん草、もやし、人参 じゃが芋、玉ねぎ	五倍粥 白身魚のやわらか煮 ほうれん草の和え物 スープ	米 かれい ほうれん草、もやし、人参 じゃが芋、玉ねぎ	・ほうれん草のお浸し→えのき抜き ・油揚げの味噌汁→油揚げ抜き	ミルク粥 スープ	米、粉ミルク ほうれん草、人参 乳児食と同じ
2 ・ 16	金	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	パン粥 ささみのトマトあんかけ スープ	食パン ささみ トマト、玉ねぎ、じゃが芋 キャベツ、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 じゃが芋のトマト煮 スープ	食パン ささみ トマト、玉ねぎ、じゃが芋 キャベツ、コーン、玉ねぎ 粉ミルク	乳児食と同じ	しらす粥 スープ	米、しらす キャベツ、玉ねぎ、人参 乳児食と同じ
3 ・ 17 ・ 31	土	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ささみ豆腐粥 野菜の煮物 スープ	米、ささみ、豆腐 小松菜、もやし、人参 わかめ、玉ねぎ	ささみ豆腐粥 野菜の煮物 スープ	米、ささみ、豆腐 小松菜、もやし、人参 わかめ、玉ねぎ	乳児食と同じ	チーズ粥 スープ	米、粉チーズ 玉ねぎ、人参、コーン 乳児食と同じ
5 ・ 19	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 ささみの野菜あんかけ	うどん、玉ねぎ、人参 ちんげん菜 ささみ 白菜、人参	くたくたうどん ささみのやわらか煮 白菜の和え物	うどん、玉ねぎ、人参 ちんげん菜 ささみ 白菜、人参	・味噌ラーメン→たけのこ、かまぼこ 抜き	かぼちゃ粥 スープ	米、かぼちゃ もやし、人参、コーン 乳児食と同じ
6 ・ 20	火	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	七倍粥 白身魚の野菜あんかけ スープ	米 白身魚 小松菜、もやし、人参 人参、豆腐	五倍粥 白身魚のやわらか煮 小松菜の和え物 スープ	米 白身魚 小松菜、もやし、人参 人参、豆腐	・芋の子汁→こんにゃく、しめじ抜き	青のり粥 スープ	米、青のり 麩、コーン、人参 乳児食と同じ
7 ・ 21	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 ほうれん草、じゃが芋、人参 マカロニ、コーン、キャベツ 粉ミルク	スティックパン 豆腐のやわらか煮 ほうれん草とじゃが芋の煮物 スープ	食パン 豆腐 ほうれん草、じゃが芋、人参 マカロニ、コーン、キャベツ 粉ミルク	乳児食と同じ	きなこ粥 スープ	米、きなこ じゃが芋、玉ねぎ、人参 乳児食と同じ
8 ・ 22	木	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	肉野菜丼 三色和え スープ	米、ささみ、人参、玉ねぎ ほうれん草、もやし、人参 わかめ、豆腐、玉ねぎ	肉野菜丼 三色和え スープ	米、ささみ、人参、玉ねぎ ほうれん草、もやし、人参 わかめ、豆腐、玉ねぎ	・中華丼→たけのこ、椎茸抜き ・スープ→えのき抜き	ポテト粥 スープ	米、じゃが芋 人参、キャベツ、玉ねぎ 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	金	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、大根 玉ねぎ、じゃが芋、人参	五倍粥 ささみの野菜あんかけ スープ	米 ささみ 人参、大根 玉ねぎ、じゃが芋、人参 ・あちらや漬け→れんこん抜き ・味噌汁→ごぼう抜き
10 ・ 24	土	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	ささみ粥 キャベツと人参のサラダ スープ	米、ささみ キャベツ、人参 小松菜、人参、玉ねぎ	ささみ粥 キャベツと人参のサラダ スープ	米、ささみ キャベツ、人参 小松菜、人参、玉ねぎ ・ちくわサラダ→ちくわ抜き ・味噌汁→油揚げ抜き
13 ・ 27	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 果物	うどん、ささみ、ほうれん草 玉ねぎ じゃが芋、人参、玉ねぎ バナナ	くたくたうどん ポテトサラダ 果物	うどん、ささみ、ほうれん草 玉ねぎ じゃが芋、人参、玉ねぎ バナナ ・親子うどん→かまぼこ抜き ・きんぷら→ごぼう抜き
14 ・ 28	水	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 煮りんご	米 鮭 キャベツ、人参 大根、人参 りんご	五倍粥 鮭のやわらか煮 二色サラダ スープ 煮りんご	米 鮭 キャベツ、人参 大根、人参 りんご ・ちゃんちゃん焼き→しめじ抜き ・大根汁→油揚げ抜き
15 ・ 29	木	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 ブロッコリー、キャベツ、コーン 人参、豆腐	人参粥 ささみのやわらか煮 ブロッコリーサラダ スープ	米、人参 ささみ ブロッコリー、キャベツ、コーン 人参、豆腐 ・こしね汁→こんにゃく、しいたけ、ご ぼう、油揚げ抜き
23	金	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、人参、玉ねぎ ささみ さつま芋、かぼちゃ、玉ねぎ 白菜、コーン	野菜粥 ささみのやわらか煮 さつま芋とかぼちゃのサラダ スープ	米、人参、玉ねぎ ささみ さつま芋、かぼちゃ、玉ねぎ 白菜、コーン ・ローストチキン→肉団子変更
26	月	おもゆ又は10倍がゆ 野菜ペースト スープ	肉野菜粥 ポテトサラダ スープ	米、ささみ、玉ねぎ、人参 じゃが芋、人参、コーン 小松菜、玉ねぎ	肉野菜粥 ポテトサラダ スープ	米、ささみ、玉ねぎ、人参 じゃが芋、人参、コーン 小松菜、玉ねぎ 乳児食と同じ
30	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 かぼちゃ、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 かぼちゃ、玉ねぎ、粉ミルク ・チキンカツ→肉団子へ変更

午後食		
中期食・後期食	完了食	
チーズ粥 スープ	米、チーズ 豆腐、人参、玉ねぎ	乳児食と同じ
お粥 スープ	米 キャベツ、玉ねぎ、人参	乳児食と同じ
おかか粥 スープ	米、かつお節 人参、豆腐、もやし	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 さつま芋、人参、粉ミルク	乳児食と同じ
お粥 スープ	米 キャベツ、人参	乳児食と同じ
チーズ粥 スープ	米、チーズ 豆腐、人参、玉ねぎ	乳児食と同じ
ミルク粥 スープ	米、粉ミルク 白菜、人参、玉ねぎ	乳児食と同じ
お粥 スープ	米 カリフラワー、人参、玉ねぎ	乳児食と同じ