

2026年05月

離乳食献立表

予定

返さない保育園

日	離乳完了期 (12~18ヶ月頃)	離乳後期 (9~11ヶ月頃)	離乳中期 (7~8ヶ月頃)	離乳初期 (5~6ヶ月頃)
1日 金	午前食 軟飯 80.0g チキンハンバーグ 鶏むねひき肉40.0g、絹ごし豆腐20.0g、たまねぎ20.0g、パン粉5.0g、ケチャップ1.0g 大根サラダ だいこん20.0g、きゅうり10.0g、しょうゆ1.0g きゃべつのみそ汁 キャベツ10.0g、昆布だし汁80.0g、みそ0.5g	5倍粥 5倍粥80.0g 豆腐ハンバーグ 鶏むねひき肉30.0g、絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、パン粉4.0g、ケチャップ0.8g 大根サラダ だいこん16.0g、きゅうり8.0g、しょうゆ0.8g きゃべつのみそ汁 キャベツ8.0g、昆布だし汁70.0g、みそ0.4g	7倍粥 7倍粥60.0g 豆腐のそぼろあんかけ 鶏むねひき肉11.0g、絹ごし豆腐20.0g、たまねぎ6.0g、片栗粉3.0g 大根サラダ だいこん14.0g、きゅうり6.0g きゃべつのみそ汁 キャベツ7.0g、昆布だし汁60.0g	10倍すりつぶし粥 10倍すりつぶし粥30.0g 豆腐ペースト 絹ごし豆腐8.0g きゃべつのスープ キャベツ8.0g、昆布だし汁30.0g
	午後食 きな粉サンド 10枚切り食パン1枚、きな粉3.5g 牛乳 牛乳100.0g	きな粉サンド 耳なし10枚切り食パン1枚、きな粉3.0g 人参煮 にんじん16.0g	きな粉パン粥 耳なし10枚切り食パン1枚、きな粉2.8g、育児用ミルク1.0g 人参煮 にんじん12.0g	
2日 土	午前食 たきこみ御飯 軟飯80.0g、鶏むねひき肉13.5g、にんじん4.7g、いんげん2.0g、しょうゆ1.0g 小松菜の和え物 こまつな25.0g、にんじん5.0g、しょうゆ0.5g わかめスープ 乾燥わかめ0.5g、たまねぎ10.0g、昆布だし汁0.0g	たきこみ粥 5倍粥80.0g、鶏むねひき肉10.8g、にんじん3.8g、いんげん1.6g、しょうゆ0.8g 小松菜の和え物 こまつな20.0g、にんじん4.0g、しょうゆ0.4g わかめスープ 乾燥わかめ0.4g、たまねぎ8.0g、昆布だし汁70.0g	たきこみ粥 7倍粥60.0g、鶏むねひき肉7.6g、にんじん2.6g、いんげん1.1g 小松菜の和え物 こまつな14.0g、にんじん2.8g わかめスープ 乾燥わかめ0.3g、たまねぎ5.6g、昆布だし汁60.0g	10倍すりつぶし粥 10倍すりつぶし粥30.0g 小松菜ペースト こまつな8.0g 人参のスープ にんじん8.0g、昆布だし汁30.0g
	午後食 チーズサンド 8枚切り食パン1枚、スライスチーズ3.0g 牛乳 牛乳100.0g	チーズサンド 耳なし8枚切り食パン1枚、スライスチーズ2.4g 人参煮 にんじん20.0g	チーズパン粥 8枚切り食パン16.8g、チーズ1.7g、育児用ミルク0.8g 人参煮 にんじん14.0g	
7日 木	午前食 軟飯 80.0g 煮魚 かれい30.0g、しょうゆ1.0g ブロッコリーサラダ ブロッコリー15.0g、にんじん5.0g きゃべつのスープ キャベツ10.0g、たまねぎ5.0g、昆布だし汁80.0g	5倍粥 5倍粥80.0g 煮魚 かれい26.0g、しょうゆ0.8g ブロッコリーサラダ ブロッコリー12.0g、にんじん4.0g きゃべつのスープ キャベツ8.0g、たまねぎ4.0g、昆布だし汁70.0g	7倍粥 7倍粥60.0g 煮魚 かれい15.0g ブロッコリーサラダ ブロッコリー10.0g、にんじん3.0g きゃべつのスープ キャベツ7.0g、たまねぎ3.0g、昆布だし汁60.0g	10倍すりつぶし粥 10倍すりつぶし粥30.0g 白身魚ペースト かれい8.0g きゃべつのスープ キャベツ8.0g、昆布だし汁30.0g
	午後食 ツナポテトサンド 10枚切り食パン1枚、ツナ水煮缶5.0g、じゃがいも10.0g、あおのり0.1g 牛乳 牛乳100.0g	ツナポテトサンド 耳なし10枚切り食パン1枚、ツナ水煮缶4.0g、じゃがいも8.0g、あおのり0.1g 青梗菜のおかか和え チンゲンサイ25.0g、かつお節0.2g	ポテトパン粥 耳なし10枚切り食パン1枚、じゃがいも5.6g、あおのり0.1g 青梗菜煮 チンゲンサイ15.0g	
8日 金	午前食 野菜そぼろ丼 軟飯80.0g、鶏むねひき肉25.0g、たまねぎ20.0g、にんじん5.0g、油1.0g、片栗粉1.4g、ケチャップ1.0g、しょうゆ0.5g じゃが芋ののり和え じゃがいも30.0g、あおのり0.2g 白菜のみそ汁 はくさい15.0g、昆布だし汁80.0g、みそ0.5g	野菜そぼろ粥 5倍粥80.0g、鶏むねひき肉20.0g、たまねぎ16.0g、にんじん4.0g、油0.8g、片栗粉1.1g、ケチャップ0.8g、しょうゆ0.5g じゃが芋ののり和え じゃがいも24.0g、あおのり0.2g 白菜のみそ汁 はくさい12.0g、昆布だし汁70.0g、みそ0.4g	野菜そぼろ粥 7倍粥60.0g、鶏むねひき肉15.0g、たまねぎ12.0g、にんじん3.0g、片栗粉1.5g じゃが芋ののり和え じゃがいも15.0g、あおのり0.1g 白菜のみそ汁 はくさい8.0g、昆布だし汁60.0g	10倍すりつぶし粥 10倍すりつぶし粥30.0g じゃが芋ペースト じゃがいも8.0g 人参のスープ にんじん8.0g、昆布だし汁30.0g
	午後食 マカロニきな粉 茹でマカロニ60.0g、きな粉3.5g 牛乳 牛乳100.0g	きな粉粥 5倍粥80.0g、きな粉3.0g 人参煮 にんじん16.0g	きな粉粥 5倍粥60.0g、きな粉2.5g 人参煮 にんじん12.0g	
9日 土	午前食 たきこみ御飯 軟飯80.0g、鶏むねひき肉20.0g、キャベツ10.0g、にんじん5.0g、しょうゆ1.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐20.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ1.0g	たきこみ粥 5倍粥80.0g、鶏むねひき肉16.0g、キャベツ8.0g、にんじん4.0g、しょうゆ0.8g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐16.0g、昆布だし汁70.0g、しょうゆ0.8g	たきこみ粥 7倍粥60.0g、鶏むねひき肉12.0g、キャベツ6.0g、にんじん3.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐11.2g、昆布だし汁60.0g	10倍すりつぶし粥 10倍すりつぶし粥30.0g きゃべつペースト キャベツ8.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐8.0g、昆布だし汁30.0g
	午後食 チーズサンド 8枚切り食パン1枚、スライスチーズ3.0g 牛乳 牛乳100.0g	チーズサンド 耳なし8枚切り食パン1枚、スライスチーズ2.4g 人参煮 にんじん20.0g	チーズパン粥 耳なし8枚切り食パン1枚、チーズ1.7g、育児用ミルク0.8g 人参煮 にんじん14.0g	
11日 月	午前食 軟飯 80.0g 煮魚 かれい30.0g、しょうゆ1.0g きゃべつと人参のサラダ キャベツ25.0g、にんじん5.0g、しょうゆ0.5g 玉ねぎのみそ汁 たまねぎ10.0g、昆布だし汁80.0g、みそ0.5g	5倍粥 5倍粥0.0g 煮魚 かれい25.0g、しょうゆ0.8g きゃべつと人参のサラダ キャベツ20.0g、にんじん4.0g、しょうゆ0.5g 玉ねぎのみそ汁 たまねぎ8.0g、昆布だし汁70.0g、みそ8.0g	7倍粥 7倍粥60.0g 煮魚 かれい20.0g きゃべつと人参のサラダ キャベツ14.0g、にんじん3.0g 玉ねぎのみそ汁 たまねぎ6.0g、昆布だし汁60.0g	10倍すりつぶし粥 10倍すりつぶし粥30.0g 白身魚のペースト かれい8.0g きゃべつのスープ キャベツ8.0g、昆布だし汁30.0g
	午後食 レーズン蒸しパン ホットケーキミックス20.0g、牛乳18.0g、干しぶどう3.5g 牛乳 牛乳100.0g	青のりチーズリゾット 5倍粥80.0g、粉チーズ1.0g、あおのり0.2g 茹でブロッコリー ブロッコリー12.0g	青のりチーズリゾット 7倍粥60.0g、粉チーズ0.6g、あおのり0.1g 茹でブロッコリー ブロッコリー10.0g	

2026年05月

離乳食献立表

予定

逗子なないろ保育園

日	離乳完了期 (12~18ヶ月頃)	離乳後期 (9~11ヶ月頃)	離乳中期 (7~8ヶ月頃)	離乳初期 (5~6ヶ月頃)
19日 火	午前食 軟飯 80.0g 豆腐ハンバーグ 鶏むねひき肉20.0g、絹ごし豆腐20.0g、たまねぎ15.0g、パン粉5.0g、しょうゆ1.0g 三色野菜の和え物 キャベツ15.0g、こまつな10.0g、にんじん5.0g、しょうゆ0.5g じゃが芋のミルクスープ じゃがいも10.0g、昆布だし汁80.0g、育児用ミルク2.0g	5倍粥 5倍粥80.0g 豆腐ハンバーグ 鶏むねひき肉15.0g、絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、パン粉4.0g、しょうゆ0.8g、片栗粉1.6g 三色野菜の和えもの キャベツ12.0g、こまつな8.0g、にんじん4.0g、しょうゆ0.4g じゃが芋のミルクスープ じゃがいも8.0g、昆布だし汁70.0g、育児用ミルク1.6g	7倍粥 7倍粥60.0g 豆腐の野菜あんかけ 鶏むねひき肉10.0g、絹ごし豆腐10.0g、たまねぎ10.0g、昆布だし汁10.0g、片栗粉1.0g 三色野菜の和えもの キャベツ10.0g、こまつな5.0g、にんじん2.0g じゃが芋のミルクスープ じゃがいも6.0g、昆布だし汁60.0g、育児用ミルク1.0g	10倍すりつぶし粥 10倍すりつぶし粥30.0g きゃべつペースト キャベツ8.0g 小松菜のスープ こまつな8.0g、昆布だし汁30.0g
	午後食 南瓜ペーストサンド 10枚切り食パン1枚、かぼちゃ15.0g 牛乳 牛乳100.0g	南瓜ペーストサンド 耳なし10枚切り食パン1枚、かぼちゃ12.0g キャベツのお浸し キャベツ20.0g	南瓜粥 耳なし10枚切り食パン1枚、かぼちゃ10.0g、育児用ミルク1.0g キャベツのお浸し キャベツ15.0g	
20日 水	午前食 軟飯80.0g 炒り豆腐 絹ごし豆腐40.0g、鶏むねひき肉20.0g、にんじん10.0g、たまねぎ10.0g、チンゲンサイ20.0g、油1.0g、しょうゆ1.0g わかめのみそ汁 乾燥わかめ0.5g、昆布だし汁80.0g、みそ0.5g	5倍粥 5倍粥80.0g 炒り豆腐 絹ごし豆腐30.0g、鶏むねひき肉16.0g、にんじん8.0g、たまねぎ8.0g、チンゲンサイ16.0g、油0.8g、しょうゆ0.8g わかめのみそ汁 乾燥わかめ0.2g、昆布だし汁70.0g、みそ0.4g	7倍粥 7倍粥60.0g 豆腐のそぼろあんかけ 絹ごし豆腐20.0g、鶏むねひき肉10.0g、にんじん6.0g、たまねぎ6.0g、チンゲンサイ10.0g、片栗粉1.5g お麩のすまし汁 乾燥わかめ0.14g、昆布だし汁60.0g	10倍すりつぶし粥 10倍すりつぶし粥30.0g さつま芋ペースト さつまいも8.0g 人参のスープ にんじん8.0g、昆布だし汁30.0g
	午後食 さつま芋のきな粉団子 さつまいも60.0g、きな粉3.0g 牛乳 牛乳100.0g	さつま芋のきな粉団子 さつまいも50.0g、きな粉2.4g 小松菜と人参の和え物 こまつな15.0g、にんじん5.0g、しょうゆ0.4g	さつま芋のきな粉団子 さつまいも35.0g、きな粉1.7g 小松菜と人参の和え物 こまつな9.0g、にんじん3.0g	
21日 木	午前食 豆腐あんかけ丼 軟飯80.0g、鶏むねひき肉15.0g、絹ごし豆腐40.0g、にんじん5.0g、しょうゆ1.0g、みそ0.5g、片栗粉2.0g 南瓜煮 完 かぼちゃ30.0g 玉ねぎのみそ汁 玉ねぎ10.0g、昆布だし汁80.0g、みそ0.5g	豆腐あんかけ粥 5倍粥80.0g、鶏むねひき肉12.0g、絹ごし豆腐30.0g、鶏むねひき肉16.0g、にんじん3.0g、しょうゆ0.8g、みそ0.4g、片栗粉1.2g 南瓜煮 かぼちゃ25.0g 玉ねぎのみそ汁 たまねぎ、昆布だし汁70.0g、みそ0.4g	豆腐あんかけ粥 7倍粥60.0g、鶏むねひき肉10.0g、絹ごし豆腐20.0g、にんじん2.0g、片栗粉1.0g 南瓜煮 かぼちゃ15.0g 玉ねぎのすまし汁 たまねぎ、昆布だし汁60.0g	10倍すりつぶし粥 10倍すりつぶし粥30.0g 南瓜ペースト かぼちゃ8.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐8.0g、昆布だし汁30.0g
	午後食 ひじきスティックのお焼き じゃがいも55.0g、きな粉4.0g、ひじき2.0g、しょうゆ1.0g、片栗粉2.0g、油2.0g 牛乳 牛乳100.0g	ひじきスティックのお焼き じゃがいも45.0g、きな粉3.2g、ひじき1.6g、しょうゆ0.8g、片栗粉1.6g、油0.8g きゅうりのおかか和え きゅうり20.0g、かつお節0.2g	きな粉団子 じゃがいも30.0g、きな粉2.0g 茹できゅうり きゅうり15.0g	
22日 金	午前食 軟飯 80.0g みそつくね 鶏むねひき肉25.0g、絹ごし豆腐25.0g、たまねぎ15.0g、パン粉5.0g、みそ0.5g 二色野菜 きゅうり15.0g、にんじん10.0g じゃが芋のすまし汁 じゃがいも15.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.5g	5倍粥 5倍粥80.0g みそつくね 鶏むねひき肉20.0g、絹ごし豆腐20.0g、たまねぎ12.0g、パン粉4.0g、みそ0.4g 二色野菜 きゅうり12.0g、にんじん8.0g じゃが芋のすまし汁 じゃがいも12.0g、昆布だし汁70.0g、しょうゆ0.4g	7倍粥 7倍粥60.0g 鶏そぼろと豆腐のあんかけ 鶏むねひき肉15.0g、絹ごし豆腐15.0g、たまねぎ10.0g、片栗粉2.0g 二色野菜 きゅうり8.0g、にんじん6.0g じゃが芋のすまし汁 じゃがいも8.0g、昆布だし汁60.0g	10倍すりつぶし粥 10倍すりつぶし粥30.0g きゃべつペースト キャベツ8.0g じゃが芋のスープ じゃがいも8.0g、昆布だし汁30.0g
	午後食 レーズン蒸しパン ホットケーキミックス20.0g、牛乳18.0g、干しぶどう3.5g 牛乳 牛乳100.0g	青のりチーズリゾット 5倍粥80.0g、粉チーズ1.0g、あおのり0.2g きゃべつのお浸し キャベツ25.0g	青のりチーズリゾット 7倍粥60.0g、粉チーズ0.6g、あおのり0.1g きゃべつのお浸し キャベツ18.0g	
23日 土	午前食 たきこみ御飯 軟飯80.0g、鶏むねひき肉20.0g、にんじん5.0g、いんげん2.0g、しょうゆ1.0g 茹できゅうり きゅうり20.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐20.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ0.5g	たきこみ粥 5倍粥80.0g、鶏むねひき肉15.0g、にんじん3.0g、いんげん1.5g、しょうゆ0.8g 茹できゅうり きゅうり15.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐16.0g、昆布だし汁70.0g、しょうゆ0.4g	野菜そぼろ粥 7倍粥60.0g、鶏むねひき肉10.0g、にんじん2.0g、いんげん1.0g 茹できゅうり きゅうり10.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐12.0g、昆布だし汁60.0g	10倍すりつぶし粥 10倍すりつぶし粥30.0g 豆腐ペースト 絹ごし豆腐8.0g 人参のスープ にんじん8.0g、昆布だし汁30.0g
	午後食 チーズサンド 8枚切り食パン1枚、スライスチーズ3.0g 牛乳 牛乳100.0g	チーズサンド 耳なし8枚切り食パン1枚、スライスチーズ2.4g 人参煮 にんじん20.0g	チーズパン粥 8枚切り食パン1枚、チーズ1.7g、育児用ミルク0.8g 人参煮 にんじん15.0g	
25日 月	午前食 軟飯80.0g 白身魚のケチャップあんかけ かれい30.0g、片栗粉2.0g、ケチャップ1.0g 根菜の煮物 だいこん30.0g、にんじん5.0g、しょうゆ0.5g ほうれん草のみそ汁 ほうれん草10.0g、たまねぎ5.0g、昆布だし汁80.0g、みそ0.5g	5倍粥 5倍粥80.0g 白身魚のケチャップあんかけ かれい24.0g、片栗粉2.4g、ケチャップ0.8g 根菜の煮物 だいこん24.0g、にんじん4.0g、しょうゆ0.4g ほうれん草のみそ汁 ほうれん草8.0g、たまねぎ4.0g、昆布だし汁70.0g、みそ0.4g	7倍粥 7倍粥60.0g 煮魚 かれい15.0g 根菜の煮物 だいこん12.0g、にんじん3.0g ほうれん草のすまし汁 ほうれん草5.0g、たまねぎ3.0g、昆布だし汁60.0g	10倍すりつぶし粥 10倍すりつぶし粥30.0g 白身魚ペースト かれい8.0g 南瓜のスープ かぼちゃ8.0g、昆布だし汁30.0g
	午後食 かぼちゃチーズお焼き かぼちゃ60.0g、粉チーズ1.0g、小麦粉5.0g、油1.0g 牛乳 牛乳100.0g	かぼちゃチーズお焼き かぼちゃ56.0g、粉チーズ0.8g、小麦粉4.0g、油0.9g かぶのりおえ かぶ・葉20.0g、あおのり0.1g	かぼちゃチーズ団子 かぼちゃ40.0g、粉チーズ0.6g かぶのりおえ かぶ12.0g、あおのり0.1g	

2026年05月

離乳食献立表

予定

逗子なないろ保育園

日	離乳完了期 (12~18ヶ月頃)	離乳後期 (9~11ヶ月頃)	離乳中期 (7~8ヶ月頃)	離乳初期 (5~6ヶ月頃)
26日 火	午前食 軟飯 軟飯80.0g 鶏肉の照り焼き 鶏もも肉皮なし40.0g、しょうゆ1.0g きゃべつとしらすの和え物 キャベツ30.0g、にんじん5.0g、しらす干し2.0g じゃが芋のみそ汁 じゃがいも10.0g、たまねぎ8.0g、昆布だし汁80.0g、みそ0.5g	5倍粥 5倍粥80.0g 鶏ささみと野菜のあんかけ 鶏ささ身25.0g、キャベツ20.0g、にんじん5.0g、しょうゆ0.8g、昆布だし汁30.0g、片栗粉1.5g じゃが芋のみそ汁 じゃがいも8.0g、たまねぎ5.0g、昆布だし汁70.0g、みそ0.4g	7倍粥 7倍粥60.0g 鶏ささみ野菜のあんかけ 鶏ささ身20.0g、キャベツ15.0g、にんじん4.0g、昆布だし汁20.0g、片栗粉1.2g じゃが芋のみそ汁 じゃがいも7.0g、たまねぎ3.0g、昆布だし汁60.0g	10倍すりつぶし粥 10倍すりつぶし粥30.0g じゃが芋ペースト じゃがいも8.0g 白菜のスープ はくさい8.0g、昆布だし汁30.0g
	午後食 ひじきスティックのお焼き じゃがいも55.0g、きな粉4.0g、ひじき2.0g、しょうゆ1.0g、片栗粉2.0g、油2.0g 牛乳 牛乳100.0g	ひじきスティックのお焼き じゃがいも45.0g、きな粉3.2g、ひじき1.6g、しょうゆ0.8g、片栗粉1.6g、油0.8g 白菜のおかか和え はくさい20.0g、かつお節0.2g	きな粉団子 じゃがいも30.0g、きな粉2.0g 白菜煮 はくさい15.0g	
27日 水	午前食 軟飯 軟飯80.0g レバー入りハンバーグ 鶏むねひき肉30.0g、鶏レバー5.0g、絹ごし豆腐20.0g、たまねぎ20.0g、ケチャップ1.0g、パン粉5.0g ネバネバ和え 挽きわり納豆5.0g、はくさい20.0g、こまつな10.0g、にんじん3.0g、しょうゆ0.5g 大根のみそ汁 だいこん10.0g、昆布だし汁80.0g、みそ0.5g	5倍粥 5倍粥80.0g レバー入りハンバーグ 鶏むねひき肉26.0g、鶏レバー4.0g、たまねぎ16.0g、絹ごし豆腐16.0g、ケチャップ0.8g、パン粉4.0g 小松菜のネバネバ和え 挽きわり納豆4.0g、こまつな15.0g、にんじん3.0g、しょうゆ0.4g 大根のみそ汁 だいこん8.0g、昆布だし汁70.0g、みそ0.4g	7倍粥 7倍粥60.0g 鶏そぼろと野菜のとりみ煮 鶏むねひき肉17.0g、たまねぎ11.0g、こまつな6.0g、にんじん2.0g、片栗粉2.0g 大根のみそ汁 だいこん6.0g、昆布だし汁60.0g	10倍すりつぶし粥 10倍すりつぶし粥3.0g 人参ペースト にんじん8.0g 大根のスープ だいこん8.0g、昆布だし汁30.0g
	午後食 レーズン蒸しパン ホットケーキミックス20.0g、牛乳18.0g、干しぶどう3.5g、油1.0g 牛乳 牛乳100.0g	きな粉粥 5倍粥80.0g、きな粉3.0g 人参煮 にんじん20.0g	きな粉粥 7倍粥60.0g、きな粉2.0g 人参煮 にんじん14.0g	
28日 木	午前食 あんかけうどん ゆでうどん80.0g、鶏ささみ20.0g、はくさい30.0g、たまねぎ5.0g、しょうゆ1.0g、昆布だし汁80.0g、片栗粉3.0g ポテトサラダ じゃがいも20.0g、きゅうり10.0g、にんじん5.0g バナナ バナナ30.0g	あんかけうどん ゆでうどん70.0g、鶏ささみ16.0g、はくさい24.0g、たまねぎ4.0g、しょうゆ0.8g、昆布だし汁70.0g、片栗粉2.0g ポテトサラダ じゃがいも16.0g、きゅうり8.0g、にんじん4.0g バナナ バナナ24.0g	あんかけうどん ゆでうどん60.0g、鶏ささみ11.0g、はくさい17.0g、たまねぎ3.0g、昆布だし汁60.0g、片栗粉1.5g ポテトサラダ じゃがいも11.0g、きゅうり6.0g、にんじん1.0g バナナ バナナ17.0g	10倍すりつぶし粥 5倍粥30.0g じゃが芋ペースト じゃがいも8.0g 人参のスープ にんじん8.0g、昆布だし汁30.0g
	午後食 ひじきごはん 軟飯80.0g、ツナ水煮缶5.0g、ひじき0.8g、にんじん5.0g、しょうゆ1.0g 牛乳 牛乳100.0g	ひじき粥 5倍粥80.0g、ツナ水煮缶4.0g、ひじき0.6g、にんじん4.0g、しょうゆ0.8g ほうれん草のり和え ほうれんそう20.0g、あおのり0.1g	にんじん粥 7倍粥60.0g、にんじん3.0g ほうれん草のり和え ほうれんそう14.0g、あおのり0.1g	
29日 金	午前食 豆腐あんかけ丼 軟飯80.0g、鶏むねひき肉15.0g、絹ごし豆腐40.0g、たまねぎ10.0g、しょうゆ1.0g、みそ0.5g、片栗粉2.0g 人参煮 にんじん20.0g わかめのみそ汁 乾燥わかめ0.5g、昆布だし汁80.0g、みそ0.5g	豆腐あんかけ粥 5倍粥80.0g、鶏むねひき肉12.0g、絹ごし豆腐30.0g、たまねぎ8.0g、しょうゆ0.8g、みそ0.4g、片栗粉1.2g 人参煮 にんじん16.0g わかめのみそ汁 乾燥わかめ0.4g、昆布だし汁70.0g、みそ0.4g	豆腐あんかけ粥 7倍粥60.0g、鶏むねひき肉10.0g、絹ごし豆腐20.0g、たまねぎ3.0g、片栗粉1.0g 人参煮 にんじん12.0g わかめのみそ汁 乾燥わかめ0.3g、昆布だし汁60.0g	10倍すりつぶし粥 10倍すりつぶし粥30.0g ほうれん草ペースト ほうれんそう8.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐8.0g、昆布だし汁30.0g
	午後食 ホットケーキ ホットケーキミックス20.0g、牛乳20.0g、油1.0g 牛乳 牛乳100.0g	青のりチーズリゾット 5倍粥80.0g、粉チーズ1.0g、あおのり0.2g ほうれん草としらす煮 ほうれんそう20.0g、しらす干し3.0g	青のりチーズリゾット 7倍粥60.0g、粉チーズ0.6g、あおのり0.1g ほうれん草としらす煮 ほうれんそう15.0g、しらす干し2.0g	
30日 土	午前食 たきこみ御飯 軟飯80.0g、鶏むねひき肉20.0g、にんじん5.0g、いんげん3.0g、しょうゆ1.0g きゃべつとのり和え キャベツ30.0g、あおのり0.1g 豆腐のみそ汁 絹ごし豆腐20.0g、昆布だし汁80.0g、みそ0.5g	炊き込み粥 5倍粥80.0g、鶏むねひき肉16.0g、にんじん3.0g、いんげん1.5g、しょうゆ0.8g きゃべつとのり和え キャベツ25.0g、あおのり0.1g 豆腐のみそ汁 絹ごし豆腐15.0g、昆布だし汁70.0g、みそ0.4g	炊き込み粥 7倍粥60.0g、鶏むねひき肉10.0g、にんじん2.0g、いんげん1.0g きゃべつとのり和え キャベツ17.0g、あおのり0.1g 豆腐のみそ汁 絹ごし豆腐10.0g、昆布だし汁60.0g	10倍すりつぶし粥 10倍すりつぶし粥30.0g 人参ペースト にんじん8.0g 豆腐のスープ 絹ごし豆腐8.0g、昆布だし汁30.0g
	午後食 きな粉サンド 8枚切り食パン1枚、きな粉3.5g 牛乳 牛乳100.0g	きな粉サンド 耳なし8枚切り食パン1枚、きな粉4.0g じゃが芋のバター和え じゃがいも20.0g、バター0.2g	きな粉パン粥 耳なし10枚切り食パン1枚、きな粉2.8g、育児用ミルク1.0g 茹でじゃが芋 じゃがいも15.0g	

※離乳食の汁は、その日に使用する野菜と一緒に昆布だして煮たものを使用しています。