

回食	1回食（午前）			軽食（午後）	
月齢	初期（5・6ヶ月頃）	中期（7・8ヶ月頃）	後期（9・10・11ヶ月頃）	中期（7・8ヶ月頃）	後期（9・10・11ヶ月頃）
固さの目安	トロトロ⇒ベタベタ ヨーグルト状	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位（荒みじん切り）	舌でつぶせる固さ 豆腐位(つぶつぶ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位（荒みじん切り）
1	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁	全がゆ 白身魚煮 野菜つぶし煮 なすスープ	軟飯 白身魚煮 野菜煮 なすみそ汁	なすおじや	なすおじや
金	(主な材料) 米 白身魚 豆腐 人参 玉葱 キャベツ なす			(主な材料) 米 なす	
2	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	煮込みスパゲティー チキン胡瓜つぶし煮 豆腐スープ	煮込みスパゲティー チキン胡瓜きざみ煮 豆腐スープ	キャベツおじや	キャベツおじや
土	(主な材料) スパゲティー 鶏肉 豆腐 人参 玉葱 キャベツ			(主な材料) 米 キャベツ	
4月	振替休日（休園）				
5	10倍がゆ ほうれん草ペースト すまし汁	全がゆ チキン野菜つぶし煮 胡瓜おろし煮 ほうれん草スープ	軟飯 チキン野菜煮 胡瓜きざみ煮 ほうれん草スープ	ほうれん草おじや	ほうれん草おじや
火	(主な材料) 米 鶏肉 豆腐 人参 玉葱 キャベツ 胡瓜 ほうれん草			(主な材料) 米 ほうれん草	
6	10倍がゆ 大根すり流し すまし汁	全がゆ 白身魚煮 人参白菜つぶし煮 大根スープ	軟飯 白身魚煮 人参白菜煮 大根みそ汁	マッシュポテト	マッシュポテト
水	(主な材料) 米 白身魚 人参 白菜 大根			(主な材料) じゃがいも	
7	10倍がゆ ポテトペースト すまし汁	全がゆ チキン野菜ポテトつぶし煮 胡瓜おろし煮 チンゲン菜スープ	軟飯 チキン野菜ポテト煮 胡瓜きざみ煮 チンゲン菜スープ	パンがゆ	パン
木	(主な材料) 米 じゃが芋 鶏肉 人参 玉葱 胡瓜 チンゲン菜			(主な材料) パン	
8	10倍がゆ かぼちゃペースト すまし汁	全がゆ チキンかぼちゃつぶし煮 ブロッコリーつぶし煮 すまし汁	軟飯 チキンかぼちゃ煮 ブロッコリー煮 すまし汁	ブロッコリーおじや	ブロッコリーおじや
金	(主な材料) 米 鶏肉 かぼちゃ ブロッコリー			(主な材料) 米 ブロッコリー	
9	研修				
11	10倍がゆ ポテトペースト すまし汁	全がゆ チキン豆腐野菜つぶし煮 おくらつぶし煮 じゃが芋スープ	軟飯 チキン豆腐野菜煮 おくらきざみ煮 じゃが芋みそ汁	おくらおじや	おくらおじや
月	(主な材料) 米 じゃが芋 鶏肉 豆腐 人参 玉葱 白菜 おくら			(主な材料) 米 おくら	
12	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁	全がゆ 白身魚トマトつぶし煮 人参大根つぶし煮 小松菜スープ	軟飯 白身魚トマト煮 人参大根煮 小松菜スープ	煮込み野菜うどん	煮込み野菜うどん
火	(主な材料) 米 白身魚 トマト 人参 大根 小松菜			(主な材料) うどん 人参 キャベツ	
13	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁	全がゆ チキンつぶし煮 野菜つぶし煮 そうめん汁	軟飯 チキンきざみ煮 野菜煮 そうめん汁	人参おじや	人参おじや
水	(主な材料) 米 そうめん 鶏肉 人参 玉葱 キャベツ			(主な材料) 米 人参	
14	お弁当会（お弁当たのしみだね。）				
木					
15	10倍がゆ ポテトペースト すまし汁	全がゆ 煮込み豆腐ハンバーグ ポテトブロッコリーつぶし煮 野菜スープ	軟飯 煮込み豆腐ハンバーグ ポテトブロッコリー煮 野菜スープ	ブロッコリーおじや	ブロッコリーおじや
金	(主な材料) 米 じゃが芋 鶏ひき肉 豆腐 ブロッコリー 人参 玉葱 キャベツ			(主な材料) 米 ブロッコリー	
16	お弁当会（お弁当たのしみだね。）				
土					

※ 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って離乳食を進めます。
 ※ 献立は月齢ごとの目安です。使用食品、調理形態、分量など、個人差を考慮しながら進めます。
 ※ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。

回食	1回食 (午前)			軽食 (午後)	
月齢	初期 (5・6ヶ月頃)	中期 (7・8ヶ月頃)	後期 (9・10・11ヶ月頃)	中期 (7・8ヶ月頃)	後期 (9・10・11ヶ月頃)
固さの目安	トロトロ ⇒ ベタベタ	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ
18	ヨーグルト状 10倍がゆ ポテトペースト すまし汁	絹ごし豆腐位(つぶつぶ) 全がゆ チキンつぶし煮 人参ほうれん草つぶし煮 じゃが芋スープ	バナナ位 (荒みじん切り) 軟飯 チキンさざみ煮 人参ほうれん草煮 じゃが芋みそ汁	豆腐位(つぶつぶ) 人参おじや	バナナ位 (荒みじん切り) 人参おじや
月	(主な材料) 米 じゃが芋 鶏肉 人参 ほうれん草 玉葱			(主な材料) 米 人参	
19	10倍がゆ 大根すり流し すまし汁	全がゆ 白身魚煮 人参大根つぶし煮 豆腐スープ	軟飯 白身魚煮 人参大根煮 豆腐みそ汁	ほうれん草おじや	ほうれん草おじや
火	(主な材料) 米 白身魚 豆腐 人参 大根			(主な材料) 米 ほうれん草	
20	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全がゆ チキン野菜つぶし煮 胡瓜おろし煮 豆腐スープ	軟飯 チキン野菜煮 胡瓜きざみ煮 豆腐スープ	パンがゆ	パン
水	(主な材料) 米 鶏肉 豆腐 人参 玉葱 胡瓜			(主な材料) パン	
21	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁	人参おじや 白身魚煮 小松菜白菜つぶし煮 ゆし豆腐	人参おじや 白身魚煮 小松菜白菜きざみ煮 ゆし豆腐	芋おじや	芋おじや
木	(主な材料) 米 白身魚 ゆし豆腐 人参 小松菜 白菜			(主な材料) 米 さつま芋	
22	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全がゆ チキンつぶし煮 人参小松菜つぶし煮 ゆし豆腐	軟飯 チキンさざみ煮 人参小松菜きざみ煮 ゆし豆腐	青菜おじや	青菜おじや
金	(主な材料) 米 鶏肉 ゆし豆腐 人参 小松菜			(主な材料) 米 小松菜	
23	勤労感謝の日 (休園)				
25	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁	全がゆ チキン野菜ポテつぶし煮 胡瓜おろし煮 チンゲン菜スープ	軟飯 チキン野菜ポテト煮 胡瓜きざみ煮 チンゲン菜スープ	人参おじや	人参おじや
月	(主な材料) 米 じゃが芋 鶏肉 豆腐 人参 玉葱 胡瓜 チンゲン菜			(主な材料) 米 人参	
26	10倍がゆ 大根すり流し すまし汁	全がゆ 白身魚煮 人参大根つぶし煮 玉葱スープ	軟飯 白身魚煮 人参大根煮 玉葱みそ汁	大根おじや	大根おじや
火	(主な材料) 米 白身魚 人参 大根 玉葱			(主な材料) 米 大根	
27	10倍がゆ ポテトペースト すまし汁	全がゆ チキンつぶし煮 野菜ポテトつぶし煮 キャベツスープ	軟飯 チキンさざみ煮 野菜ポテト煮 キャベツスープ	キャベツおじや	キャベツおじや
水	(主な材料) 米 じゃが芋 鶏肉 人参 ブロッコリー キャベツ			(主な材料) 米 キャベツ	
28	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全がゆ 白身魚煮 人参小松菜つぶし煮 豆腐スープ	軟飯 白身魚煮 人参小松菜きざみ煮 豆腐みそ汁	芋おじや	芋おじや
木	(主な材料) 米 白身魚 豆腐 人参 小松菜			(主な材料) 米 さつま芋	
29	10倍がゆ ほうれん草ペースト すまし汁	パンがゆ チキン野菜ポテつぶし煮 ほうれん草つぶし煮 豆腐スープ	パン チキン野菜ポテト煮 ほうれん草きざみ煮 豆腐スープ	しらすおじや	しらすおじや
金	(主な材料) パン じゃが芋 鶏肉 豆腐 人参 玉葱 ほうれん草			(主な材料) 米 しらす	
30	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁	全がゆ チキン野菜つぶし煮 豆腐ほうれん草つぶし煮 すまし汁	軟飯 チキン野菜煮 豆腐ほうれん草煮 すまし汁	人参おじや	人参おじや
土	(主な材料) 米 鶏肉 豆腐 人参 玉葱 ほうれん草			(主な材料) 米 人参	

※ 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って離乳食を進めます。

※ 献立は月齢ごとの目安です。使用食品、調理形態、分量など、個人差を考慮しながら進めます。

※ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。