



離乳食 こんだて

【 NO 1 】

R04 (2022) 年04月

- ★ 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ヶ月頃です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。
- ★ 材料、行事、その他の都合により、献立を変更することがあります。材料は主なものを記載しています。(作成者) 栄養士 榎本舞奈

愛泉保育園

回数	1回食 (午前)		2回食 (午後)	
月令	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
形態	舌でつぶせる固さ		舌でつぶせる固さ	
固さ	絹ごし豆腐位 (もぐもぐ)		歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位 (かみかみ)	
1 金	7倍粥→全粥 味噌汁 白身魚と野菜のそぼろ煮 りんご	全粥→軟飯 味噌汁 白身魚と野菜のそぼろ煮 りんご	おじや 豆腐位 (もぐもぐ)	おじや バナナ位 (かみかみ)
主な食材	全かゆ・かたくり粉・米		はくさい・にんじん・大根・ブロッコリー	
4 月	7倍粥→全粥 味噌汁 ささみと野菜の煮物 バナナ	全粥→軟飯 味噌汁 ささみと野菜の煮物 バナナ	おじや	おじや
主な食材	全かゆ・米		大根・にんじん・ほうれんそう	
5 火	7倍粥→全粥 味噌汁 豆腐と野菜の煮物 りんご	全粥→軟飯 味噌汁 豆腐と野菜の煮物 りんご	おじや	おじや
主な食材	全かゆ・米		ブロッコリー・にんじん・キャベツ・はくさい	
6 水	7倍粥→全粥 味噌汁 白身魚と白菜のそぼろ煮 バナナ	全粥→軟飯 味噌汁 白身魚と白菜のそぼろ煮 バナナ	おじや	おじや
主な食材	全かゆ・かたくり粉・米・さつまいも		トマト・はくさい・にんじん	
7 木	7倍粥→全粥 味噌汁 ささみと南瓜の煮物 バナナ	全粥→軟飯 味噌汁 ささみと南瓜の煮物 バナナ	おじや	おじや
主な食材	全かゆ・米		にんじん・キャベツ・かぼちゃ・バナナ	
8 金	7倍粥→全粥 味噌汁 ささとトマトのそぼろ煮 りんご	全粥→軟飯 味噌汁 ささとトマトのそぼろ煮 りんご	おじや	おじや
主な食材	全かゆ・米		にんじん・大根・ブロッコリー・トマト	
11 月	7倍粥→全粥 味噌汁 ササミとブロッコリーの煮物 バナナ	全粥→軟飯 味噌汁 ササミとブロッコリーの煮物 バナナ	おじや	おじや
主な食材	全かゆ・米		大根・ほうれんそう・ブロッコリー	
12 火	7倍粥→全粥 味噌汁 豆腐とトマトのくず煮 りんご	全粥→軟飯 味噌汁 豆腐とトマトのくず煮 りんご	おじや	おじや
主な食材	全かゆ・かたくり粉・米		かぼちゃ・にんじん・トマト・大根	
13 水	7倍粥→全粥 味噌汁 白身魚と野菜の煮物 りんご	全粥→軟飯 味噌汁 白身魚と野菜の煮物 りんご	おじや	おじや
主な食材	全かゆ・米		にんじん・こまつな・大根・カリフラワー	
14 木	7倍粥→全粥 味噌汁 くず煮豆腐 バナナ	全粥→軟飯 味噌汁 くず煮豆腐 バナナ	おじや	おじや
主な食材	全かゆ・かたくり粉・米		はくさい・にんじん・にんじん・大根・バナナ	
15 金	7倍粥→全粥 味噌汁 ささみと野菜の煮物 りんご	全粥→軟飯 味噌汁 ささみと野菜の煮物 りんご	おじや	おじや
主な食材	全かゆ・米		ほうれんそう・にんじん・ブロッコリー	



離乳食 こんだて

【 NO 2 】

R04 (2022) 年04月

- ★ 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ヶ月頃です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。
- ★ 材料、行事、その他の都合により、献立を変更することがあります。材料は主なものを記載しています。(作成者) 栄養士 榎本舞奈

愛泉保育園

回数	1回食 (午前)		2回食 (午後)	
	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
月令	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
形態	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
固さ	絹ごし豆腐位 (もぐもぐ)	バナナ位 (かみかみ)	豆腐位 (もぐもぐ)	バナナ位 (かみかみ)
18月	7倍粥→全粥 味噌汁 ささみと大根の煮物 りんご	全粥→軟飯 味噌汁 ささみと大根の煮物 りんご	おじや	おじや
主な食材	全かゆ・かたくり粉・米	ブロッコリー・にんじん・大根・キャベツ	りんご・かぼちゃ	
19火	7倍粥→全粥 味噌汁 肉じゃが風煮物 バナナ	全粥→軟飯 味噌汁 肉じゃが風煮物 バナナ	おじや	おじや
主な食材	全かゆ・じゃがいも・かたくり粉・米	ほうれんそう・にんじん・バナナ・キャベツ		
20水	7倍粥→全粥 味噌汁 白身魚とブロッコリーの煮物 りんご	全粥→軟飯 味噌汁 白身魚とブロッコリーの煮物 りんご	おじや	おじや
主な食材	全かゆ・米	大根・にんじん・ブロッコリー・キャベツ	りんご・ほうれんそう	
21木	7倍粥→全粥 味噌汁 ササミと野菜のそぼろ煮 バナナ	全粥→軟飯 味噌汁 ササミと野菜のそぼろ煮 バナナ	おじや	おじや
主な食材	全かゆ・かたくり粉・米	にんじん・キャベツ・はくさい・ブロッコリー	バナナ・カリフラワー	
22金	7倍粥→全粥 味噌汁 豆腐と野菜の煮物 りんご	全粥→軟飯 味噌汁 豆腐と野菜の煮物 りんご	おじや	おじや
主な食材	全かゆ・かたくり粉・米	はくさい・にんじん・にんじん	ほうれんそう・りんご・かぼちゃ	カリフラワー
25月	7倍粥→全粥 味噌汁 ささみとトマトの煮物 バナナ	全粥→軟飯 味噌汁 ささみとトマトの煮物 バナナ	おじや	おじや
主な食材	全かゆ・じゃがいも・米	にんじん・大根・トマト・バナナ	キャベツ・にんじん	
26火	7倍粥→全粥 味噌汁 白身魚と南瓜の煮物 りんご	全粥→軟飯 味噌汁 白身魚と南瓜の煮物 りんご	おじや	おじや
主な食材	全かゆ・米	小松菜・かぼちゃ・キャベツ・りんご	ブロッコリー・カリフラワー	
27水	7倍粥→全粥 味噌汁 ササミと野菜の煮物 バナナ	全粥→軟飯 味噌汁 ササミと野菜の煮物 バナナ	おじや	おじや
主な食材	全かゆ・じゃがいも・米	にんじん・キャベツ・カリフラワー・バナナ	かぼちゃ・ほうれんそう	
28木	7倍粥→全粥 味噌汁 白身魚とブロッコリーのそぼろ煮 バナナ	全粥→軟飯 味噌汁 白身魚とブロッコリーのそぼろ煮 バナナ	おじや	おじや
主な食材	全かゆ・かたくり粉・米	ほうれんそう・ブロッコリー・にんじん	バナナ	
29金	 <p>4月29日 昭和の日</p>			
主な食材				