

離乳食こんだで

愛泉保育園

R05 (2023) 年10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。

*		吏用食品・調理形態・分量など、	個人差を考慮しながら進めます	-	愛尿保育園	
	▼ 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。					
回数				2回食 (午後)		
月齢	5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃	
形態	なめらかにすりつぶした状態		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	
古さ	<u>ヨーグルト状(ごっくん)</u> 10倍つぶしかゆ	絹ごし豆腐位(もぐもぐ) 7倍粥→全粥	バナナ位(かみかみ) 全粥→軟飯	豆腐位(もぐもぐ) おじや	バナナ位(かみかみ) おじや	
2	すまし汁	味噌汁	味噌汁	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,		
月		白身魚と野菜の煮物	白身魚と野菜の煮物			
主な食材	合わせ味噌・白身魚	│ りんご 全かゆ・米	りんご たまねぎ・にんじん・にんじん・ほうれんそう	りんご・ブロッコリー		
	10倍つぶしかゆ ヘ		全粥→軟飯	おじや	おじや	
3	すまし汁	味噌汁	味噌汁			
火		ササミとほうれん草の煮物	ササミとほうれん草の煮物			
主な食材		│ りんご 全かゆ・米	りんご にんじん・ほうれんそう・はくさい・りんご	<u> </u> ブロッコリー		
4	10倍つぶしかゆ	煮込みうどん	煮込みうどん	おじや	おじや	
4	すまし汁	野菜スティック	野菜スティック 💮			
水		バナナ	バナナ			
主な食材	 鶏ささみ	<u> </u>	 にんじん・はくさい・大根・バナナ	∥ ブロッコリー		
5	10倍つぶしかゆ	7倍粥→全粥	全粥→軟飯	おじや	おじや・・・	
J	すまし汁 🌇	鶏汁	鶏汁			
木		さつま芋のマッシュ りんご	さつま芋のマッシュ りんご		27	
主な食材	鶏ささみ・合わせ味噌	ゥルこ 全かゆ・さつまいも・米	りんこ にんじん・大根・りんご・ほうれんそう	И		
6	10倍つぶしかゆ	7倍粥→全粥	全粥→軟飯	おじや	おじや	
	すまし汁	味噌汁 ササミと野菜のそぼろ煮	味噌汁 ササミと野菜のそぼろ煮			
金		グリミと野来のではつ魚 バナナ	バナナ			
主な食材	合わせ味噌・鶏ささみ	全かゆ・かたくり粉・米	.4	にんじん・はくさい・バナナ・ほうれんそう		
9			arte.			
_					(Le < (18 <)	
月		Z# 908				
主な食材		a control to the control of the cont	I			
10	10倍つぶしかゆ すまし汁	│ 7倍粥→全粥 │ 味噌汁	全粥→軟飯 味噌汁	おじや	おじや	
مار	9 6 071	ササミと根菜のうま煮	ササミと根菜のうま煮			
火		りんご	りんご	<u> </u>		
主な食材	合わせ味噌・鶏ささみ 10倍つぶしかゆ	全かゆ・じゃがいも・米・さつまいも 煮込みうどん	大根・にんじん・にんじん・りんご・キャベッ	おじゃ	おじや	
11	すまし汁	類菜スティック	野菜スティック	83 C (83 C (
水		バナナ	バナナ	~~		
	一	こじ/・火・入かゆ	ばられてき。ロイドノ・t・まわず。土田	<u> </u>		
主な食材	<u>鶏ささみ</u> 10倍つぶしかゆ	うどん・米・全かゆ 7倍粥→全粥	ほうれんそう・にんじん・たまねぎ・大根 全粥→軟飯		おじや	
12	すまし汁	味噌汁	味噌汁			
木		白身魚と小松菜の煮物	白身魚と小松菜の煮物			
主な食材		│ りんご 全かゆ・米	┃ りんご キャベツ・小松菜・にんじん・りんご	<u>∥</u> カリフラワー		
13	10倍つぶしかゆ	7倍粥→全粥	全粥→軟飯	おじや	おじや	
13	すまし汁	味噌汁	味噌汁		1	
金		肉じゃが風煮物 パナナ	肉じゃが風煮物 バナナ	*	*	
主な食材	合わせ味噌・鶏ささみ	L ハック 全かゆ・じゃがいも・米	」 / ・ / / ほうれんそう・ブロッコリー・にんじん	Ⅱ	** **********************************	
			A	<u> </u>	*	
	T .			4 1	7	
	<u>X</u>		\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	*	M	
主な食材				·····		
					*	
				₩		
		<u> </u>			*	
主な食材	·				***************************************	
				1	00	
			—			
		the try Co	<u> </u>		<u> </u>	
主な食材		AB 48 0				
		•		· 🤳		

主な食材



離乳食 こんだて

R05 (2023) 年10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。

	離乳の完了は1歳から1歳6ヶ		、幼児食へ移行していきます。 ります。材料は主なものを記載し	ています	(作成者) 栄養士 伊波亜紀乃
回数		1回食 (午前)	グムグ。 竹村は上な 000 と 配収 ((午後)
月齡	5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	7・8ヶ月頃	9·10·11ヶ月頃 歯ぐきでつぶせる固さ	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
形態固さ	なめらかにすりつぶした状態 ヨーグルト状(ごっくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	圏ぐさでつかせる回さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 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)
16	10倍つぶしかゆ	7倍粥→全粥	全粥→軟飯	おじや	おじや
	すまし汁	味噌汁 ささみと根菜の煮物	味噌汁 ささみと根菜の煮物		• •
月		りんご	りんご		
主な食材		全かゆ・米	かぼちゃ・キャベツ・大根・にんじん	りんご・ほうれんそう	
17	10倍つぶしかゆ すまし汁	煮込みうどん 野菜スティック	煮込みうどん 野菜スティック	おじや	おじや
ala	9 & 0/1	がナナ	バナナ		
火					
主な食材	鶏ささみ 10倍つぶしかゆ	うどん・じゃがいも・米・全かゆ 7倍粥→全粥	にんじん・たまねぎ・大根・バナナ 全粥→軟飯	かぼちゃ・ほうれんそう おじや	おじや
18	すまし汁	味噌汁	味噌汁	80 C	80 P
水		肉じゃが風煮物	肉じゃが風煮物		
主な食材	合わせ味噌・鶏ささみ	りんご 全かゆ・じゃがいも・米	りんご ほうれんそう・たまねぎ・にんじん・りんご	ブロッコリー	
19	10倍つぶしかゆ		全粥→軟飯	おじや	おじや
19	すまし汁	味噌汁	味噌汁		
木		白身魚とほうれん草の煮物 バナナ	白身魚とほうれん草の煮物 バナナ		
主な食材	合わせ味噌・白身魚	全かゆ・米	たまねぎ・にんじん・ほうれんそう・バナナ	カリフラワー	
20	10倍つぶしかゆ	7倍粥→全粥	全粥→軟飯	おじや	おじや
	すまし汁	味噌汁 ささみと根菜の煮物	味噌汁 ささみと根菜の煮物		
金		りんご	りんご		
主な食材		全かゆ・米・さつまいも	かぼちゃ・キャベツ・大根・にんじん	りんご・ほうれんそう	45 18 IA
23	10倍つぶしかゆ すまし汁	7倍粥→全粥 味噌汁	全粥→軟飯 味噌汁	おじや	おじや
月	7 & 371	ササミと南瓜の煮物	ササミと南瓜の煮物		
	○ ★ は时吟 · 前+ + 7.	りんご	りんご	N	
主な食材		全かゆ・かたくり粉・米 ▲にんじん粥	ほうれんそう・たまねぎ・かぼちゃ にんじん粥	にんじん・りんご・にんじん・ブロッコリー おじや	おじや
24	すまし汁があれてら	味噌汁	味噌汁		
火	お誕生会	ササミと野菜のそぼろ煮 りんご	ササミと野菜のそぼろ煮 りんご		
主な食材	合わせ味噌・鶏ささみ			 カリフラワー	
25	10倍つぶしかゆ	7倍粥→全粥	全粥→軟飯	おじや	おじや
	すまし汁	味噌汁 くず煮豆腐	味噌汁 くず煮豆腐		
水		バナナ	バナナ		
主な食材	合わせ味噌・絹ごし豆腐	全かゆ・かたくり粉・米	小松菜・にんじん・にんじん・キャベツ	バナナ・かぼちゃ・カリフラワー	
26	10倍つぶしかゆ すまし汁	煮込みうどん 野菜スティック	煮込みうどん 野菜スティック	おじや	おじや
木	9 & 0/1	がナナ	バナナ		
		5 13 1	7		
主な食材	鶏ささみ 10倍つぶしかゆ	うどん・米・全かゆ 7倍粥→全粥	ほうれんそう・にんじん・はくさい・大根 全粥→軟飯	- パナナ・カリフラワー - おじや	おじや
27	すまし汁	味噌汁	味噌汁	85 C (*	83 0 (
金	The state of the s	肉じゃが風煮物	肉じゃが風煮物		
主な食材	合わせ味噌・鶏ささみ	バナナ 全かゆ・じゃがいも・米・さつまいも	バナナ ほうれんそう・にんじん・バナナ・キャベツ		
30	10倍つぶしかゆ	7倍粥→全粥	全粥→軟飯	おじや	おじや
00	すまし汁	味噌汁	味噌汁		
月		ササミと野菜のそぼろ煮 りんご	ササミと野菜のそぼろ煮 りんご		
主な食材	合わせ味噌・鶏ささみ	全かゆ・かたくり粉・米・さつまいも	ほうれんそう・にんじん・大根・たまねぎ		
31	10倍つぶしかゆ すまし汁	7倍粥→全粥 味噌汁	全粥→軟飯 味噌汁	おじや	おじや
دار	7 6 0/1	味噌汗 肉じゃが風煮物	・ 肉じゃが風煮物	MULLOWEEN	
火	A.I. (1-12-A) -24 : 1 -	バナナ	バナナ		
主な食材	合わせ味噌・鶏ささみ	全かゆ・じゃがいも・米	ほうれんそう・たまねぎ・にんじん・バナナ	かぼちゃ・カリフラワ <u>ー</u>	
				_	
		4			
主な食材			I		
		0-10	W 2		
		21) 11			*
	Y	11510			
主な食材		116	16		
		- · (%)	7)		
		~ O	ル (
		9-			* • •
主な食材				4 , 4	
		רוו ו	$\Gamma_{\mathbf{n}}\Gamma$		
		<u> </u>			10,
		_			

主な食材