



離乳食 こんだて

【 NO 1 】

R07 (2025) 年06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。

愛泉保育園

(作成者) 栄養士 伊波亜紀乃

回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月令	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 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)	歯ぐきでつぶせる固さ 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)
2月	10倍つぶしかゆ すまし汁 	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	合わせ味噌・鶏ささみ	全かゆ・米	キャベツ・にんじん・大根・小松菜・りんご	かぼちゃペースト	
3火	10倍つぶしかゆ すまし汁	7倍粥→全粥 味噌汁 白身魚と野菜のおかか煮 オレンジ	全粥→軟飯 味噌汁 白身魚と野菜のおかか煮 オレンジ	おじや	おじや
主な食材	合わせ味噌・白身魚F・糸かきかつお	全かゆ・米	大根・にんじん・ブロッコリー・キャベツ	オレンジ・ほうれんそう	
4水	10倍つぶしかゆ すまし汁	煮込みうどん 野菜スティック りんご	煮込みうどん 野菜スティック りんご 	おじや	おじや
主な食材	鶏ささみ	うどん・じゃがいも・米・全かゆ	にんじん・大根・りんご・ほうれんそう		
5木	10倍つぶしかゆ すまし汁 	7倍粥→全粥 味噌汁 ササミと根菜のそぼろ煮 りんご	全粥→軟飯 味噌汁 ササミと根菜のそぼろ煮 りんご	おじや	おじや 
主な食材	絹ごし豆腐・合わせ味噌・鶏ささみ	全かゆ・かたくり粉・米	青菜・大根・にんじん・キャベツ・りんご	ブロッコリー	
6金	10倍つぶしかゆ すまし汁	7倍粥→全粥 味噌汁 肉じゃが風煮物 オレンジ	全粥→軟飯 味噌汁 肉じゃが風煮物 オレンジ	おじや 	おじや
主な食材	合わせ味噌・鶏ささみ	全かゆ・じゃがいも・米	大根・にんじん・オレンジ・小松菜		
9月	10倍つぶしかゆ すまし汁	7倍粥→全粥 味噌汁 ササミと野菜のトマト煮 りんご	全粥→軟飯 味噌汁 ササミと野菜のトマト煮 りんご	おじや	おじや
主な食材	合わせ味噌・鶏ささみ	全かゆ・米	ほうれんそう・にんじん・とうがん・りんご	ブロッコリー	
10火	10倍つぶしかゆ すまし汁	7倍粥→全粥 味噌汁 白身魚と根菜の煮物 オレンジ	全粥→軟飯 味噌汁 白身魚と根菜の煮物 オレンジ	おじや 	おじや
主な食材	合わせ味噌・白身魚	全かゆ・米	ほうれんそう・にんじん・大根・オレンジ	かぼちゃ・ブロッコリー	
11水	10倍つぶしかゆ すまし汁 	煮込みうどん 野菜スティック オレンジ	煮込みうどん 野菜スティック オレンジ	おじや	おじや
主な食材	鶏ささみ	うどん・米・じゃがいも・全かゆ	ブロッコリー・にんじん・小松菜・大根	オレンジ	
12木	10倍つぶしかゆ すまし汁	7倍粥→全粥 味噌汁 肉じゃが風煮物 りんご	全粥→軟飯 味噌汁 肉じゃが風煮物 りんご 	おじや	おじや 
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・にんじん・りんご	ブロッコリー	
13金	10倍つぶしかゆ すまし汁	7倍粥→全粥 味噌汁 白身魚と豆腐の煮物 オレンジ	全粥→軟飯 味噌汁 白身魚と豆腐の煮物 オレンジ	おじや	おじや
主な食材	合わせ味噌・白身魚・絹ごし豆腐	全かゆ・米・じゃがいも	とうがん・にんじん・ほうれんそう・オレンジ		
					
主な食材					
					
主な食材					
					
主な食材					

※ 離乳食のすすめ方など気になることは、担任の先生へお気軽にお問い合わせ下さい。



離乳食 こんだて

【 NO 2 】

R07 (2025) 年06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。



愛泉保育園

(作成者) 栄養士 伊波亜紀乃

回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月令	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	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	ヨーグルト状 (ごっくん)	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)
16月	10倍つぶしかゆ すまし汁 	7倍粥→全粥 味噌汁 ササミと青菜の煮物 りんご	全粥→軟飯 味噌汁 ササミと青菜の煮物 りんご	おじや	おじや 
主な食材	合わせ味噌・鶏ささみ	全かゆ・米・じゃがいも	ブロッコリー・かぼちゃ・にんじん	青菜・りんご・ほうれんそう	
17火	10倍つぶしかゆ すまし汁	7倍粥→全粥 味噌汁 白身魚と野菜のおかか煮 オレンジ	全粥→軟飯 味噌汁 白身魚と野菜のおかか煮 オレンジ	おじや	おじや
主な食材	合わせ味噌・白身魚・糸かきかつお	全かゆ・米	大根・青菜・にんじん・ブロッコリー	オレンジ・ほうれんそう	
18水	10倍つぶしかゆ すまし汁	煮込みうどん 野菜スティック りんご	煮込みうどん 野菜スティック りんご	おじや	おじや
主な食材	鶏ささみ 	うどん・米・全かゆ	キャベツ・にんじん・ほうれんそう・大根	りんご・小松菜	
19木	10倍つぶしかゆ すまし汁	7倍粥→全粥 味噌汁 豆腐とじゃがいもの煮物 りんご	全粥→軟飯 味噌汁 豆腐とじゃがいもの煮物 りんご	おじや	おじや
主な食材	合わせ味噌・絹ごし豆腐	全かゆ・じゃがいも・かたくり粉・米	大根・ほうれんそう・にんじん・りんご	小松菜 	
20金	10倍つぶしかゆ すまし汁	7倍粥→全粥 味噌汁 肉じゃが風煮物 オレンジ	全粥→軟飯 味噌汁 肉じゃが風煮物 オレンジ	おじや	おじや
主な食材	絹ごし豆腐・合わせ味噌・鶏ささみ	全かゆ・じゃがいも・米	ほうれんそう・にんじん・オレンジ	ブロッコリー	
23月	 <div>慰霊の日</div>  				
主な食材					
24火	10倍つぶしかゆ すまし汁 <div>お誕生会</div>	鶏と野菜粥 味噌汁 野菜スティック オレンジ	鶏と野菜粥 味噌汁 野菜スティック オレンジ 	おじや	おじや <div>Happy Birthday</div> 
主な食材	鶏ささみ・絹ごし豆腐・合わせ味噌	全かゆ・米	かぼちゃ・ブロッコリー・にんじん	大根・オレンジ・ほうれんそう	
25水	10倍つぶしかゆ すまし汁	煮込みうどん 野菜スティック オレンジ	煮込みうどん 野菜スティック オレンジ	おじや	おじや
主な食材	鶏ささみ	うどん・米・全かゆ	にんじん・たまねぎ・大根・オレンジ	ブロッコリー	
26木	10倍つぶしかゆ すまし汁 	7倍粥→全粥 味噌汁 肉じゃが風煮物 りんご	全粥→軟飯 味噌汁 肉じゃが風煮物 りんご	おじや	おじや
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・大根・にんじん・りんご	ブロッコリー	
27金	10倍つぶしかゆ すまし汁	7倍粥→全粥 味噌汁 白身魚と小松菜の煮物 オレンジ	全粥→軟飯 味噌汁 白身魚と小松菜の煮物 オレンジ	おじや	おじや 
主な食材	合わせ味噌・白身魚	全かゆ・じゃがいも・米	にんじん・小松菜・オレンジ	かぼちゃ	
30月	10倍つぶしかゆ すまし汁	7倍粥→全粥 味噌汁 ササミと野菜のスープ 煮 りんご	全粥→軟飯 味噌汁 ササミと野菜のスープ 煮 りんご	おじや	おじや
主な食材	合わせ味噌・鶏ささみ	全かゆ・じゃがいも・米	とうがん・にんじん・たまねぎ・りんご	ブロッコリー	
主な食材					
主な食材					
主な食材					
主な食材					
主な食材					
主な食材					

※ 離乳食のすすめ方など気になることは、担任の先生へお気軽にお問い合わせ下さい。