



離乳食 こんだて

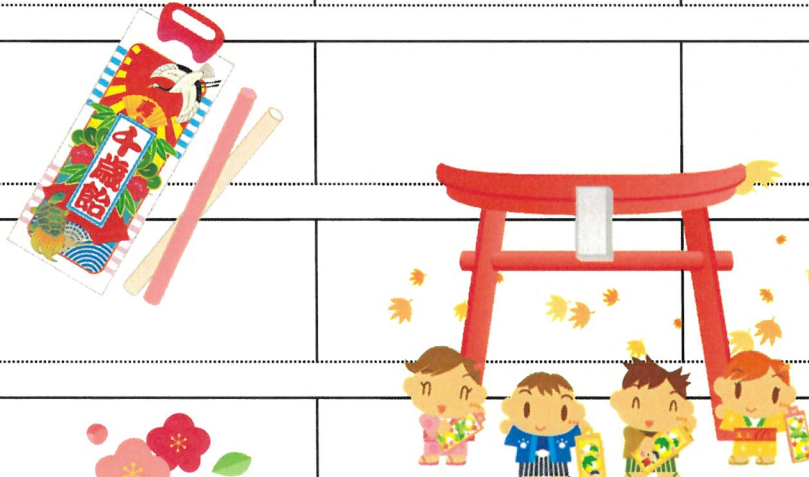
【 NO 1 】

R07 (2025) 年11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)
3月	 文化の日 				
主な食材					
4火	10倍つぶしかゆ すまし汁	7倍粥→全粥 味噌汁 ササミと野菜のそぼろ煮 りんご	全粥→軟飯 味噌汁 ササミと野菜のそぼろ煮 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・かたくり粉・米	小松菜・にんじん・大根・キャベツ・りんご	たまねぎ	
5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 バナナ	煮込みうどん 野菜スティック バナナ	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・たまねぎ・大根・バナナ	ブロッコリー	
6木	10倍つぶしかゆ すまし汁	7倍粥→全粥 味噌汁 ササミと野菜の煮物 オレンジ	全粥→軟飯 味噌汁 ササミと野菜の煮物 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・かたくり粉・米	大根・にんじん・小松菜・オレンジ	キャベツ	
7金	10倍つぶしかゆ すまし汁	7倍粥→全粥 味噌汁 根菜と白身魚の煮物 りんご	全粥→軟飯 味噌汁 根菜と白身魚の煮物 りんご	おじや	おじや
主な食材	合わせ味噌・白身魚F	全かゆ・かたくり粉・米・じゃがいも	にんじん・たまねぎ・大根・りんご	ブロッコリー	
10月	10倍つぶしかゆ すまし汁	7倍粥→全粥 味噌汁 ささみと人参のうま煮 オレンジ	全粥→軟飯 味噌汁 ささみと人参のうま煮 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・かたくり粉・米・じゃがいも	にんじん・はくさい・たまねぎ・ほうれんそう	オレンジ	
11火	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・小松菜		
12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 バナナ	煮込みうどん 野菜スティック バナナ	おじや	おじや
主な食材	鶏ささみ	うどん・米・全かゆ	はくさい・にんじん・小松菜・大根・バナナ	たまねぎ	
13木	10倍つぶしかゆ すまし汁	7倍粥→全粥 味噌汁 魚とじゃがのうま煮 オレンジ	全粥→軟飯 味噌汁 魚とじゃがのうま煮 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	ほうれんそう・にんじん・オレンジ	ブロッコリー	
14金	10倍つぶしかゆ すまし汁	7倍粥→全粥 味噌汁 ササミと野菜のそぼろ煮 りんご	全粥→軟飯 味噌汁 ササミと野菜のそぼろ煮 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・かたくり粉・米	ブロッコリー・にんじん・大根・小松菜	りんご・かぼちゃ	
					
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。



- ★ 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 伊波亜紀乃

※ 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。