



給食こんだて



令和3年

★赤・黄・緑の食べ物のグループ分けは、6つの基礎食品(厚生労働省)と、食べ物の3つのはたらき(文部科学省)をもとにしています。

(作成者)栄養士 野原正子

日曜	献立名	おやつ 午前(1~2歳児) 午後(1~5歳児)	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	おやつ 午前(1~2歳児) 午後(1~5歳児)	おもな材料(昼食)		
			あか 血や肉・骨となる	きいろ 熱や力となる	みどり 体の調子をよくする				あか 血や肉・骨となる	きいろ 熱や力となる	みどり 体の調子をよくする
1	マージンごはん 豆腐ハンバーグ こんにやくのソテー ブロッコリー コーンスープ スイカ	バナナ ジャム入りマフィン 保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉 豆腐 豚肩ロース	精白米 強化米 もちきび	玉ねぎ 糸こんにやく 人参 小松菜 ブロッコリー コーン缶 キャベツ スイカ	16	ロールパン 野菜たっぷりさつま揚げ ポテトサラダ パンブキン豆乳スープ バナナ	せんべい レタスと鮭のおにぎり	白身魚 鶏ささみ 調製豆乳	ロールパン じゃが芋	人参 玉ねぎ ごぼう みかん缶 りんご レーズン かぼちゃ
2	黒米ごはん さばのりんごソースかけ 切干大根のイリチー トマトサラダ みそ汁 ネーブル	せんべい くずもち 保育乳	さば(生) 鶏ささみ 豆腐揚げ わかめ	精白米 黒米 強化米	玉ねぎ 切干大根 かんぴょう 人参 レタス 糸こんにやく トマト 白菜 きゅうり	17	弁当会	りんご バナナと芋のケーキ 保育乳			
3	ごはん(強化米入り) しらすふりかけ 肉じゃが ひじきのフレンチあえ 中華スープ パイン	りんご キャラットサンド りんごジュース	しらす干し 豚肉 干ひき ハム 鶏ささみ	精白米 強化米 白ゴマ じゃが芋 春雨	糸こんにやく 玉ねぎ 人参 GP しめじ きゅうり Hコーン缶 チンゲン菜	18	フィッシュカツカレー ヨーグルトサラダ スティックきゅうり(塩) わかめスープ	せんべい 玄米フレークスナック シークワーサーゼリー	白身魚 わかめ 絹ごし豆腐	精白米 強化米 じゃが芋 白ゴマ	人参 玉ねぎ Hコーン缶 GP ピーマン バナナ みかん缶
4	フーチバージュシー タンドリーチキン 人参シリシリ(ゴーヤー入り) 温サラダ みそ汁 パナナ	せんべい 大学芋 保育乳	ツナ缶 鶏もも肉 豚肉 豆腐 わかめ	精白米 強化米 さつま芋 黒ゴマ	よもぎ 人参 玉ねぎ にがうり もやし トマト キャベツ ブロッコリー とうがんとら	19	クファジュシー ブロッコリー(マヨ) 豚汁 ネーブル	*** スティックパン 保育乳	スラム缶 豚肉	精白米 強化米	人参 干しいたけ ブロッコリー 大根 昆布 ネーブル
5	豚肉のみそどんぶり きゅうりの甘酢あえ ゆし豆腐 ネーブル	*** 亀の甲せんべい 保育乳	豚もも肉 しらす干し わかめ ゆし豆腐	精白米 強化米	赤ピーマン チンゲン菜 玉ねぎ きゅうり ネーブル	21	マージンごはん 豚肉のみそ焼き 人参シリシリ もずくの酢物 コーンスープ ネーブル	せんべい ちんびん 保育乳	豚肩ロース 竹小町 ツナ缶 もずく	精白米 強化米 もちきび	赤ピーマン 玉ねぎ 人参 ブロッコリー もやし きゅうり コーン缶
7	ごはん(強化米入り) オクラ納豆 とうがんのそぼろ煮 ポテトサラダ ブロッコリー ネーブル	せんべい サーターアンダギー 保育乳	ひきわり納豆 豚ひき肉 白身魚 もずく	精白米 強化米 じゃが芋 白ゴマ	オクラ とうがんとら GP 人参 パイン缶 レーズン ブロッコリー 大根	22	スパゲティミートソース 芋とひじきのサラダ レタスのスープ バナナ	ネーブル しらすおにぎり 保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉 ★粉チーズ 干ひじき 絹ごし豆腐 しらす干し	スパゲティ さつま芋	ネーブル 人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン レタス 玉ねぎ
8	沖繩そば ごまかぼちゃ コーンサラダ 桃缶	バナナ いなり寿司 保育乳	豚三枚肉 丸かまぼこ	沖繩そば 白ゴマ	刺身昆布 山東菜 かぼちゃ Hコーン缶 キャベツ きゅうり 桃缶	23	慰霊の日				
9	へちまどんぶり(強化米) バイクドポテト キャベツのツナあえ コーンスープ バナナ	りんご ジャムサンド 保育乳	鶏ひき肉 ツナ缶 鶏ささみ	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ しめじ へちま 小松菜 ニラ キャベツ	24	もずくどんぶり かみかみごぼう ブロッコリーのしらすあえ みそ汁 桃缶	りんご アップルケーキ 保育乳	もずく 豚ひき肉 しらす干し 豆腐 わかめ	精白米 強化米 白ゴマ	ピーマン 赤ピーマン Hコーン缶 ごぼう ブロッコリー 人参 大根 桃缶
10	ごはん レバーフライ 五目きんぴら トマトサラダ そうめん汁 ネーブル	せんべい オートミールスナック 保育乳	豚レバー 鶏もも肉 竹小町	精白米 炒りごま そうめん	ごぼう 人参 トマト 糸こんにやく 干しいたけ レタス きゅうり ネーブル	25	黒米ごはん 鮭のタルタル焼き かぼちゃのそぼろ煮 キャベツのおかかあえ そうめん汁 スイカ	せんべい ヨーグルトブレッド 保育乳	鮭 豚ひき肉	精白米 黒米 強化米 そうめん	玉ねぎ かぼちゃ 玉ねぎ キャベツ サラダ菜 スイカ レーズン
11	黒米ごはん 鮭のみもじ焼き ゴーヤーチャンプルー もずくの酢物 みそ汁 スイカ	せんべい 黒糖アガラサー 保育乳	鮭 豆腐 卵 もずく わかめ	精白米 黒米 強化米 白ゴマ	人参 にがうり 人参 もやし 玉ねぎ しめじ きゅうり	26	ハヤシライス(ささみ) スティックきゅうり(塩) すまし汁 ネーブル	*** くろ棒 保育乳	鶏ささみ	精白米 強化米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 GP きゅうり たけのこ えのきたけ ネーブル
12	豚肉のあんかけ丼 スティックきゅうり(マヨ) 大根汁 ネーブル	*** タンナファクルー 保育乳	豚肩ロース 豆腐 わかめ	精白米 強化米	干しいたけ 玉ねぎ 人参 Hコーン缶 きゅうり 大根 ネーブル	28	タコライス ゴーヤーの揚げ煮 白菜スープ ネーブル	せんべい 蒸し芋 保育乳	豚ひき肉 ★ピザチー ズ 鶏ささみ	精白米 強化米 白ゴマ 黒ゴマ	玉ねぎ 人参 レタス トマト にがうり 白菜 Cコーン缶
14	マージンごはん 揚げ魚のケチャップあん かぼちゃの煮物 切干大根のゴマ酢あえ みそ汁 ネーブル	せんべい さつま芋の蒸しパン 保育乳	白身魚 鶏ささみ 油揚げ	精白米 強化米 もちきび	かぼちゃ さやいんげん 切干大根 人参 きゅうり ごぼう	29	ごはん 肉みそ豆腐 切干大根のイリチー ブロッコリー(マヨ) 春雨スープ スイカ	バナナ バイクドチーズケーキ 保育乳	◇厚揚げ 豚ひき肉 豚肉 白身魚	精白米 春雨	玉ねぎ 切干大根 かんぴょう 人参 糸こんにやく ブロッコリー たけのこ
15	マージンごはん 麻婆豆腐 もずくの天ぷら(卵なし) スライストマト コーンスープ スイカ	バナナ お麩ラスク 保育乳	豆腐 豚ひき肉 もずく 竹小町 豚もも肉	精白米 強化米 もちきび	生しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ ニラ トマト コーン缶	30	じゃこ入り梅ごはん チキン照り焼き ほうれん草炒め マッシュポテト みそ汁 ネーブル	せんべい 人参クラッカー 保育乳	ちりめんじゃこ 鶏もも肉 豆腐 わかめ	精白米 強化米 白ゴマ じゃが芋 白ゴマ	青しそ 玉ねぎ ほうれん草 Hコーン缶 とうがんとら ネーブル

★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。
★幼児食移行期(1歳~1歳半頃)は、咀嚼能力にあわせて調理形態や食材を替える場合があります。

★食物アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき、『保育所におけるアレルギー対応ガイドライン(厚労省2019)』に沿って実施します。
★「離乳食の献立表」は、該当者だけに配布しています。





【令和 3年】

- ★ 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。

【NO1】

(作成者) 栄養士 野原正子

回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月令	離乳初期 5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃
形態 固さ	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(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 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 火	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト ブロッコリーとバナナのとろとろ 野菜スープ (主な材料) 米 ブロッコリー 豆腐 人参 じゃが芋 キャベツ コーン缶 バナナ	みどりがゆ(べたべた) だし豆腐 野菜スープ バナナ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 だし豆腐 野菜スープ バナナ	おじや 魚のミルク煮 みそ汁 りんご 米 キャベツ 人参 白身魚 ブロッコリー あおさ りんご	おじや 魚のミルク煮 みそ汁 りんご
2 水	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 根菜すり流し すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 じゃが芋 人参 ブロッコリー 白菜 わかめ ネーブル	全がゆ(べたべた) 白身魚とポテトのマッシュ 白菜と人参の汁(みそ風味) ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚とポテトのだし煮 みそ汁 手づかみポテト ネーブル	きなこがゆ(べたべた) 野菜とささみのスープ煮 くたくたそうめん汁 りんご 米 きなこ 人参 白菜 ささみ そうめん あおさ りんご	きなこがゆ ⇒ 軟飯 野菜とささみのスープ煮 そうめん汁 りんご
3 木	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト ポテトすり流し 野菜スープ (主な材料) 米 じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 ささみ チンゲン菜 コーン缶 バナナ	全がゆ(べたべた) ツナじゃが チキンと青菜のスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが チキンと青菜のスープ バナナ	のりがゆ(べたべた) あけぼの豆腐 かぼちゃ汁(みそ風味) ゆるゆるりんごゼリー 米 青のり 豆腐 玉ねぎ 人参 かぼちゃ りんご 粉寒天	のりがゆ ⇒ 軟飯 きゅうりのおかか煮 みそ汁 りんごゼリー
4 金	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 人参ペースト とろとろバナナ すまし汁 (主な材料) 米 キャベツ 人参 ブロッコリー とうがん あおさ 豆腐 バナナ	野菜がゆ 冬瓜と豆腐の汁(みそ風味) バナナ	野菜がゆ みそ汁 バナナ	全がゆ(べたべた) 芋マッシュ 魚と野菜のスープ りんご 米 さつま芋 きなこ 白身魚 キャベツ 玉ねぎ 人参 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 芋団子(手づかみ) 魚と野菜のスープ りんご
5 土	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト ポテトすり流し すまし汁 (主な材料) 米 人参 キャベツ 玉ねぎ ツナ缶 ゆし豆腐 あおさ ネーブル	ツナおじや(みそ風味) ゆし豆腐 ネーブル	ツナおじや(みそ風味) ゆし豆腐 ネーブル	全がゆ(べたべた) 冬瓜だし煮 魚のスープ りんご 米 とうがん チンゲン菜 白身魚 玉ねぎ 人参 コーン缶 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 冬瓜だし煮 魚のスープ りんご
7 月	10倍がゆ(とろとろ) とうがんすり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 ブロッコリー とうがん 人参 大根 白身魚 ネーブル	みどりがゆ(べたべた) 冬瓜のだし煮 魚汁(みそ風味) ネーブル	みどりがゆ ⇒ 軟飯 冬瓜のだし煮 魚汁(みそ風味) ネーブル	あおさがゆ(べたべた) 炒り豆腐 くたくたそうめん汁 りんご 米 あおさ 豆腐 玉ねぎ 人参 ブロッコリー そうめん りんご	あおさがゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 そうめん汁 りんご
8 火	10倍がゆ(とろとろ) かぼちゃペースト ポテトすり流し すまし汁 (主な材料) 米 かぼちゃ 山東菜 玉ねぎ ささみ キャベツ あおさ バナナ	菜がゆ(べたべた) かぼちゃそぼろ煮風 キャベツのスープ バナナ	菜がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃそぼろ煮風 キャベツのスープ バナナ 手づかみかぼちゃ	おじや マッシュポテト 豆腐汁(みそ風味) りんご 米 玉ねぎ 人参 山東菜 じゃが芋 豆腐 りんご	おじや マッシュポテト 豆腐のみそ汁 りんご
9 水	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト ポテトすり流し すまし汁 (主な材料) 米 じゃが芋 玉ねぎ ささみ 人参 白菜 あおさ バナナ	全がゆ(べたべた) ポテトそぼろ煮風 白菜汁(みそ風味) バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 ポテトそぼろ煮風 すまし汁 バナナ	全がゆ(べたべた) 魚と野菜のうま煮 コーンポタージュ りんご 米 白身魚 人参 ブロッコリー じゃが芋 玉ねぎ コーン缶 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のうま煮 コーンポタージュ りんご
10 木	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト 白身魚のすり流し 野菜スープ (主な材料) 米 サラダ菜 人参 白身魚 トマト 玉ねぎ そうめん ネーブル	野菜がゆ(べたべた) 魚のトマト煮 くたくたそうめん汁 ネーブル	野菜とレバーのおかゆ 魚のトマト煮 そうめん汁 ネーブル	納豆がゆ(べたべた) マッシュポテト 野菜汁(みそ風味) りんご 米 ひき割り納豆 じゃが芋 人参 玉ねぎ レタス りんご	納豆がゆ ⇒ 軟飯 マッシュポテト 野菜のみそ汁 りんご
11 金	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 青のり 豆腐 人参 大根 ブロッコリー スイカ	のりがゆ(べたべた) 豆腐と野菜のスープ煮 スイカゼリー	のりがゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のスープ煮 スイカゼリー 手づかみ大根	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 ポテトスープ ネーブル 米 白身魚 人参 ブロッコリー じゃが芋 玉ねぎ コーン缶 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 ポテトスープ ネーブル
12 土	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト 大根ペースト すまし汁 (主な材料) 米 鶏肉 玉ねぎ 人参 大根 豆腐 あおさ ネーブル	おじや 大根汁(みそ風味) ネーブル	おじや 大根の味噌汁 ネーブル	全がゆ(べたべた) 魚と野菜のスープ りんご 米 白身魚 玉ねぎ じゃが芋 人参 コーン缶 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ りんご

※ 離乳食の進め方など気になることは、担任の先生へお気軽にお問合せください。





回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月令	離乳初期 5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 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	プレーンヨーグルト状(ごっくん)	絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	バナナ位(かみかみ)	絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	バナナ位(かみかみ)
14 月	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し かぼちゃペースト 野菜スープ <small>(主な材料) 米 白身魚 玉ねぎ 人参 かぼちゃ コーン缶 ネーブル</small>	全がゆ(べたべた) 白身魚のトマト煮風 かぼちゃスープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のトマト煮風 かぼちゃスープ ネーブル	全がゆ(べたべた) 鶏肉のりんご煮 さつま汁 りんご <small>米 鶏肉 りんご 人参 さつま芋 わかめ りんご</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏肉のりんご煮 さつま汁 手づかみ芋 りんご
15 火	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト 絹ごし豆腐のすり流し とろとろバナナ すまし汁 <small>(主な材料) 米 人参 玉ねぎ かぼちゃ ツナ缶 豆腐 わかめ バナナ</small>	おじや みそ汁 バナナ	おじや みそ汁 バナナ	きなこがゆ(べたべた) ツナポテト 魚のスープ スイカ <small>米 きなこ じゃが芋 玉ねぎ 人参 ツナ缶 白身魚 コーン缶 スイカ</small>	きなこがゆ ⇒ 軟飯 ツナポテト 魚のスープ スイカ
16 水	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し かぼちゃペースト 野菜スープ <small>(主な材料) 米 白身魚 玉ねぎ 人参 かぼちゃ じゃが芋 バナナ</small>	全がゆ(べたべた) 白身魚と野菜のスープ煮 根菜スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐のみどり煮 根菜スープ 手づかみポテト ネーブル	おじや ポテト汁(みそ風味) りんご かぼちゃ寒天 <small>米 ささみ 人参 じゃが芋 レタス わかめ かぼちゃ 粉寒天</small>	おじや みそ汁 りんご かぼちゃ寒天
17 木	弁当会 			納豆がゆ(べたべた) さつま芋と人参の重ね煮 コーンスープ りんご <small>米 ひき割り納豆 さつま芋 人参 コーン缶 玉ねぎ ブロッコリー りんご</small>	納豆がゆ ⇒ 軟飯 さつま芋と人参の重ね煮 コーンスープ りんご
18 金	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚すり流し 根菜ペースト 野菜スープ <small>(主な材料) 米 あおさ 白身魚 人参 玉ねぎ じゃが芋 りんご</small>	あおさがゆ(べたべた) 魚と野菜のスープ煮 みそ汁 りんご	あおさがゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ みそ汁 りんご	おじや かぼちゃスープ バナナゼリー <small>米 玉ねぎ 人参 ささみ かぼちゃ コーン缶 バナナ 粉寒天</small>	おじや かぼちゃスープ バナナゼリー
19 土	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト 大根ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 ささみ 人参 ブロッコリー 大根 わかめ バナナ</small>	全がゆ(べたべた) 鶏と野菜のスープ煮 大根汁(みそ風味) バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏と野菜のスープ煮 みそ汁 バナナ	おじや 豆腐と野菜のスープ りんご <small>米 大根 人参 ツナ缶 あおさ ブロッコリー りんご</small>	トマト入りおじや 豆腐と野菜のスープ りんご
21 月	10倍がゆ(とろとろ) 豆腐のすり流し とろとろバナナ すまし汁 <small>(主な材料) 米 ブロッコリー 白身魚 キャベツ 玉ねぎ 人参 コーン缶 バナナ</small>	みどりがゆ(べたべた) 煮魚 野菜スープ バナナ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 煮魚 野菜スープ バナナ	全がゆ(べたべた) 炒り豆腐 ポテト汁(みそ風味) りんご <small>米 絹ごし豆腐 玉ねぎ 人参 ブロッコリー じゃが芋 わかめ りんご</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 みそ汁 手づかみポテト りんご
22 火	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト 芋ペースト とろとろバナナ <small>(主な材料) 米 さつま芋 レタス 玉ねぎ 人参 絹ごし豆腐 バナナ</small>	全がゆ(べたべた) さつま芋マッシュ レタスと豆腐のスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 さつま芋団子(手づかみ) レタスと豆腐のスープ バナナ	かぼちゃがゆ(べたべた) 野菜としらすのくず煮 たくたそうめん汁 りんご <small>米 かぼちゃ ブロッコリー 人参 しらす干し キャベツ そうめん りんご</small>	かぼちゃがゆ ⇒ 軟飯 野菜としらすのくず煮 そうめん汁 りんご
24 木	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト 大根ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 ツナ缶 玉ねぎ 人参 ブロッコリー しらす干し 大根 あおさ りんご</small>	おじや ブロッコリーのだし煮 大根汁(みそ風味) りんご	おじや ブロッコリーのだし煮 みそ汁 りんご	全がゆ(べたべた) ささみとポテトのだし煮 かぼちゃスープ りんご <small>米 ささみ じゃが芋 かぼちゃ 玉ねぎ コーン缶 りんご</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 ささみとポテトのだし煮 かぼちゃスープ りんご
25 金	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し かぼちゃのすり流し すまし汁 <small>(主な材料) 米 白身魚 人参 かぼちゃ 玉ねぎ そうめん わかめ スイカ</small>	全がゆ(べたべた) 煮魚 煮かぼちゃ スイカ たくたそうめん	全がゆ ⇒ 軟飯 煮魚 煮かぼちゃ スイカ そうめん汁	全がゆ(べたべた) チキンと根菜のスープ ゆるゆるりんごゼリー <small>米 ささみ 人参 じゃが芋 玉ねぎ コーン缶 りんご 粉寒天</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 チキンと野菜のスープ ゆるゆるりんごゼリー
26 土	10倍がゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 ささみ 人参 じゃが芋 豆腐 わかめ ネーブル</small>	鶏おじや 豆腐のすまし汁 ネーブル	鶏おじや 豆腐のすまし汁 ネーブル	ツナがゆ(べたべた) かぼちゃポタージュ りんご <small>米 ツナ缶 かぼちゃ 玉ねぎ 人参 コーン缶 りんご</small>	ツナがゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃポタージュ りんご
28 月	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト 白菜すり流し トマトペースト <small>(主な材料) 米 青のり ささみ 人参 白菜 玉ねぎ コーン缶 ネーブル</small>	のりがゆ(べたべた) ささみのケチャップ風味 白菜スープ ネーブル	のりがゆ ⇒ 軟飯 ささみのケチャップ風味 白菜スープ ネーブル	全がゆ(べたべた) 魚と根菜のスープ煮 さつま汁(「みそ風味」) りんご <small>米 白身魚 人参 ブロッコリー さつま芋 玉ねぎ りんご</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と根菜のスープ煮 さつま汁 手づかみ芋 りんご
29 火	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し ブロッコリーのすり流し とろとろバナナ 野菜スープ <small>(主な材料) 米 ブロッコリー さつま芋 きなこ 白身魚 人参 玉ねぎ 白菜 バナナ</small>	みどりがゆ(べたべた) さつま芋マッシュ 白身魚と野菜のスープ バナナ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 さつま芋団子 白身魚と野菜のスープ バナナ	おじや かぼちゃ汁(みそ風味) りんご <small>米 キャベツ 鶏肉 白菜 コーン缶 かぼちゃ わかめ りんご</small>	おじや かぼちゃのみそ汁 りんご 手づかみかぼちゃ
30 水	10倍がゆ(とろとろ) ほうれん草ペースト ポテトすり流し すまし汁 <small>(主な材料) 米 しらす干し 人参 ブロッコリー じゃが芋 あおさ りんご</small>	しらすがゆ(べたべた) 豆腐の二色あん みそ汁 りんご	しらすがゆ ⇒ 軟飯 豆腐の二色あん みそ汁 りんご	おじや きゅうりのおかか煮 鶏スープ ネーブル <small>米 人参 ツナ缶 きゅうり 鶏肉 とうがん ブロッコリー ネーブル</small>	おじや きゅうりのおかか煮 みそ汁 ネーブル