



令和5年

◆昨今の物価上昇や、物流等の諸事情により、やむを得ず、献立や食材の変更がありますことをご承ください。

★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(食卓)			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(食卓)		
			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
金	黒米ごはん 鶏のから揚げ きんぴらごぼう(カレー風味) 青のりポテト 春雨スープ 果物	バナナ 豆腐ブレッド 保育乳	鶏もも肉 竹小町 豚もも肉 絹ごし豆腐	精白米 黒米 強化米 じゃが芋 春雨	ごぼう 人参 さやいんげん たけのこ(水煮) キャベツ りんご	15	炊き込みごはん 鶏のから揚げ 切干大根のイリチー さつま汁 果物	バナナ サーターアンダギー 保育乳	ツナ缶 干ひじき 鶏もも肉 豚肉 油揚げ	精白米 強化米 さつま芋	人参 ねぎ 切干大根 かんぴょう 人参 糸こんにゃく ほうれん草(冷)
土	もずくどんぶり カリカリきゅうり みそ汁 果物	*** タンナファクルー 保育乳	もずく 豚ひき肉 豆腐 わかめ	精白米 強化米 白ゴマ	ピーマン 人参 Hコーン缶 きゅうり えのきたけ ねぎ みかん	16	ハヤシライス スティックきゅうり すまし汁 果物	*** 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(水煮) えのきたけ ねぎ
月	ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきの五目煮 キャベツのツナマヨあえ そうめん汁 果物	米せんべい オートミールクッキー 保育乳	豚肉 干ひじき 竹小町 ツナ缶	精白米 そうめん ゴマ	赤ピーマン 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく さやいんげん キャベツ きゅうり ねぎ	18	黒米ごはん 春雨とひき肉の炒め マカロニサラダ 魚のみそ汁 果物	米せんべい 大学芋 保育乳	豚ひき肉 白身魚 油揚げ	精白米 黒米 強化米 春雨 マカロニ	人参 チンゲン菜 たけのこ(水煮) 干しいたけ パイン缶 りんご レーズン
火	マーজনごはん 豆腐のかき揚げ こんにゃくのソテー みそ汁 果物	バナナ きなこラスク 保育乳	豆腐 竹小町 鶏ささみ わかめ	精白米 強化米 もちきび	人参 さやいんげん ねぎ 糸こんにゃく 人参 Hコーン缶 小松菜 大根	19	のりごはん ちくわのみもじ揚げ ほうれん草のソテー イナムドゥチ 果物 食育の日	バナナ シナモントースト 保育乳	竹小町 ベーコン 豚肉 カステラカマ ポコ	精白米 強化米 てんぷら粉 (卵不使用)	刻みパセリ ほうれん草 もやし Hコーン缶 干しいたけ ねぎ りんご
水	スパゲティミートソース きゅうりの甘酢あえ ポテトスープ 果物	米せんべい みそおにぎり 保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉 しらす干し わかめ ベーコン ツナ缶	スパゲティ じゃが芋	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン きゅうり えのきたけ 小松菜	20	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 人参シリシリ ゴマじゃが もずくスープ 果物	米せんべい 黒糖アガラサー 保育乳	鶏もも肉 竹小町 ツナ缶 もずく 豆腐	精白米 強化米 じゃが芋 白すりごま	人参 ブロッコリー(冷) もやし えのきたけ ねぎ バナナ
木	黒米ごはん さばのりんごソースかけ 人参シリシリ みそ汁 果物	米せんべい マシュマロサンド 保育乳	さば 豆腐 わかめ	精白米 黒米 強化米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 ブロッコリー(冷) もやし Hコーン缶 ねぎ みかん	21	★クリスマスランチ★ カレーピラフ 星のコロッケ マカロニサラダ 人参グラッセ(星型) 白菜スープ 果物	バナナ クリスマスケーキ 保育乳	鶏もも肉 鶏ひき肉 豆腐 ハム ベーコン	精白米 マカロニ	人参 GP 玉ねぎ りんご レーズン きゅうり 人参 白菜
金	マーজনごはん レバーの竜田揚げ きんぴらごぼう(肉) もずくスープ 果物	バナナ ジャム入りマフィン 保育乳	豚レバー 豚肩ロース もずく 調整豆乳	精白米 強化米 もちきび ゴマ	ごぼう 人参 糸こんにゃく ニラ GP ほんしめじ えのきたけ ねぎ	22	トウジンージュシー さばのゴマだれ焼き 昆布イリチー スティックきゅうり(マヨ) みそ汁 果物	米せんべい お麩ラスク 保育乳	豚三枚肉 さば ツナ缶 油揚げ	精白米 強化米 里芋(冷凍) 白ゴマ	赤ピーマン ニラ 刻み昆布 かんぴょう 人参 糸こんにゃく きゅうり 白菜
土	鶏肉のあんかけ丼 スティックきゅうり(マヨ) ゆし豆腐汁 果物	*** 13時までの保育 動物ビスケット アンパンマンジュース	鶏もも肉 ゆし豆腐	精白米 強化米	干しいたけ 玉ねぎ 人参 ねぎ Hコーン缶 きゅうり ねぎ みかん	23	ごはん(強化米入り) 麻婆豆腐 ブロッコリーのゴマあえ コーンスープ 果物	*** 亀の甲せんべい 保育乳	豆腐 豚ひき肉	精白米 強化米 ごま	生しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ(水煮) ニラ ブロッコリー(冷)
月	マーজনごはん 納豆ツナみそ 肉じゃが ブロッコリーのゴマあえ 春雨スープ 果物	米せんべい ちんすこう(ココア) 保育乳	ひきわり納豆 ツナ缶 豚肉 鶏ささみ	精白米 強化米 もちきび 白ゴマ じゃが芋 春雨	ねぎ 糸こんにゃく 玉ねぎ 人参 GP しめじ ブロッコリー(冷)	25	スパゲティナポリタン風 ポイルウインナー ブロッコリー(マヨ) コーンスープ 果物	米せんべい クリスマスクッキー 保育乳	豚肉 ウインナー	スパゲティ 白ゴマ	玉ねぎ 人参 小松菜 ホルルトマト缶 刻みパセリ ブロッコリー(冷) Hコーン缶
火	ロールパン 揚げ魚のケチャップあん マカロニサラダ パンブキン豆乳スープ 果物	バナナ いなり寿司 麦茶 保育乳	白身魚 ベーコン 調整豆乳	ロールパン(超熱) マカロニ	パイン缶 人参 りんご レーズン きゅうり かぼちゃ 玉ねぎ みかん	26	黒米ごはん 白身魚のみそマヨ焼き かみかみごぼう ブロッコリーとトマトのごまあえ すまし汁 果物	バナナ ジャムサンド 保育乳	白身魚 豆腐 わかめ	精白米 黒米 強化米 練りごま	人参 ピーマン 玉ねぎ ごぼう ブロッコリー(冷) トマト えのきたけ
水	チキンカレー スティックきゅうり(塩) わかめスープ バナナヨーグルト添え	米せんべい グレープゼリー せんべい 保育乳	鶏もも肉 わかめ 豆腐	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ Hコーン缶 GP ピーマン きゅうり みつば えのきたけ	27	タコライス フライドポテト きゅうりの中華風 みそ汁 果物	米せんべい ホットケーキ 保育乳	豚ひき肉 ピザチーズ 絹ごし豆腐 わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 レタス トマト きゅうり 大根 ねぎ みかん
木	お弁当会	米せんべい ヨーグルトブレッド 保育乳	鶏もも肉 わかめ 豆腐	精白米 強化米 じゃが芋	人参 玉ねぎ Hコーン缶 GP ピーマン きゅうり みつば えのきたけ	28	(保育納め)沖繩そば 白菜のおひたし ごまかぼちゃ 果物	米せんべい ツナマヨおにぎり 保育乳	豚三枚肉 丸かまぼこ ツナ缶	沖繩そば(弱) 白ゴマ	刻み昆布 ねぎ 白菜 かぼちゃ みかん キャベツ

★ 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。
★ 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(厚生省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。
★ 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。





- ★ 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。

【 NO 1 】

(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 金	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し キャベツスープ 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 ささみ じゃが芋 人参 キャベツ あおさ パナナ	全がゆ(べたべた) 鶏と根菜の煮物 キャベツスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯(80g) 鶏と根菜の煮物 キャベツスープ バナナ	全がゆ(べたべた) ブロッコリーのツナ煮 ポテトスープ みかん	全がゆ ⇒ 軟飯(80g) ブロッコリーのツナ煮 ポテトスープ みかん
2 土	つぶしがゆ(とろとろ) かぼちゃすり流し ポテトすり流し すまし汁 (主な材料) 米 かぼちゃ じゃが芋 豆腐 人参 あおさ みかん	おじや 豆腐スープ(みそ風味) みかん	おじや 豆腐のみそ汁 みかん	人参がゆ(べたべた) 魚と野菜のスープ煮 バナナ	人参がゆ ⇒ 軟飯(80g) 魚と野菜のスープ煮 バナナ
4 月	つぶしがゆ(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 ブロッコリー 白身魚 玉ねぎ キャベツ そうめん みかん	みどりがゆ(べたべた) 魚と野菜のスープ煮 くたくたそうめん汁 みかん	みどりがゆ ⇒ 軟飯(80g) 魚と野菜のスープ煮 そうめん汁 みかん	全がゆ(べたべた) ツナじゃが かぼちゃスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯(80g) ツナじゃが 手づかみポテト かぼちゃスープ バナナ
5 火	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト 小松菜ペースト すまし汁 (主な材料) 米 豆腐 大根 人参 あおさ パナナ	全がゆ(べたべた) 豆腐と大根のだし煮 あおさスープ(みそ風味) バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯(80g) 豆腐と大根のだし煮 あおさのみそ汁 バナナ	芋がゆ(べたべた) 鶏と野菜のスープ ゆるゆるりんごゼリー	芋がゆ ⇒ 軟飯(80g) 鶏と野菜のスープ ゆるゆるりんごゼリー 手づかみ芋
6 水	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト 野菜スープ (主な材料) 米 白身魚 じゃが芋 玉ねぎ トマト 小松菜 人参 パナナ	全がゆ(べたべた) 魚とポテトのトマト煮 小松菜スープ バナナ	鶏がゆ ⇒ 軟飯(80g) 魚とポテトのトマト煮 小松菜スープ バナナ(手づかみ)	人参がゆ(べたべた) 納豆あえ くたくたそうめん みかん	人参がゆ ⇒ 軟飯(80g) 納豆あえ くたくたそうめん みかん
7 木	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し ポテトすり流し すまし汁 (主な材料) 米 青のり 白身魚 ブロッコリー じゃが芋 人参 みかん	のりがゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 ポテト汁(みそ風味) みかん	のりがゆ ⇒ 軟飯(80g) 白身魚のみどり煮 みそ汁 手づかみポテト みかん	おじや あおさと豆腐のスープ ブロッコリーバナナ	おじや あおさと豆腐のスープ ブロッコリーバナナ
8 金	つぶしがゆ(とろとろ) 絹ごし豆腐のすり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 ささみ 人参 りんご かぼちゃ 玉ねぎ Cコーン缶	全がゆ(べたべた) 鶏ささみのりんご煮 かぼちゃスープ	全がゆ ⇒ 軟飯(80g) 鶏ささみのりんご煮 かぼちゃスープ 手づかみかぼちゃ	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 くたくたそうめん野菜汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯(80g) 白身魚のみどり煮 そうめん野菜汁 みかん
9 土	つぶしがゆ(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 ツナ缶 人参 玉ねぎ ほうれん草 ゆし豆腐 あおさ みかん	おじや ゆし豆腐(薄) みかん	おじや ゆし豆腐(薄) みかん	13時までの保育	
11 月	つぶしがゆ(とろとろ) かぼちゃペースト 人参ペースト ブロッコリーすり流し (主な材料) 米 ひきわり納豆 かぼちゃ りんご ささみ じゃが芋 人参 白菜 Cコーン缶	納豆がゆ(べたべた) かぼちゃのりんご煮 野菜スープ	納豆がゆ ⇒ 軟飯(80g) かぼちゃのりんご煮 野菜スープ 手づかみポテト	全がゆ(べたべた) 白身魚とポテトのうま煮 ブロッコリースープ みかん	全がゆ ⇒ 軟飯(80g) 白身魚とポテトのうま煮 ブロッコリースープ みかん
12 火	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し かぼちゃすり流し 人参ペースト 野菜スープ (主な材料) 米 あおさ 白身魚 ブロッコリー かぼちゃ 玉ねぎ 人参 Cコーン缶 みかん	あおさがゆ(べたべた) 白身魚のトマト風味 かぼちゃスープ みかん	あおさがゆ ⇒ 軟飯(80g) 白身魚のトマト風味 かぼちゃスープ みかん	ツナ野菜がゆ ほうれん草ポターージュ バナナ寒天	ツナ野菜がゆ ほうれん草ポターージュ バナナ寒天
13 水	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト 野菜スープ (主な材料) 米 ブロッコリー Cコーン缶 人参 パナナ きゅうり ヨーグルト 豆腐 あおさ	コーンがゆ(べたべた) 人参とバナナのサラダ 豆腐スープ(みそ風味)	コーンがゆ ⇒ 軟飯(80g) 人参とバナナのサラダ 豆腐スープ(みそ風味)	全がゆ(べたべた) 白身魚とポテトのうま煮 野菜スープ みかん	全がゆ ⇒ 軟飯(80g) 白身魚とポテトのうま煮 野菜スープ 手づかみポテト みかん

※ 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)	
	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 木	お弁当会🍷			全がゆ(べたべた) かぼちゃのツナ煮 野菜スープ バナナ 米 かぼちゃ 玉ねぎ ツナ缶 人参 コーン缶 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯(80g) かぼちゃのツナ煮 野菜スープ バナナ(手づかみ)
15 金	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト さつまい すまし汁 (主な材料) 米 あおさ ささみ 人参 りんご さつまい ほうれん草	あおさがゆ(べたべた) 鶏ささみのりんご煮 さつまい すまし汁	あおさがゆ ⇒ 軟飯(80g) 鶏ささみのりんご煮 さつまい	ツナ野菜うどん ポテトスープ バナナ	ツナ野菜うどん ポテトスープ バナナ 手づかみポテト 茹でうどん ツナ缶 キャベツ 人参 ジャが芋 バナナ
16 土	つぶしがゆ(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 ささみ ジャが芋 玉ねぎ 人参 キャベツ コーン缶 バナナ	全がゆ(べたべた) 根菜そぼろ煮風 野菜スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯(80g) 根菜そぼろ煮風 野菜スープ バナナ	おじや 魚とあおさの汁(みそ風味) みかん	おじや 魚とあおさのみそ汁 みかん 
18 月	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚すり流し 大根すりつぶし チンゲン菜ペースト すまし汁 (主な材料) 米 大根 玉ねぎ 人参 ささみ あおさ みかん	全がゆ(べたべた) 大根そぼろ煮風 すまし汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯(80g) 大根そぼろ煮風 すまし汁 みかん	菜がゆ(べたべた) さつまいとりんごのきんとん 白身魚とおろし大根のスープ 米 チンゲン菜 さつまい りんご 白身魚 大根 人参	菜がゆ ⇒ 軟飯(80g) さつまいとりんごのきんとん 白身魚とおろし大根のスープ 手づかみ大根
19 火	つぶしがゆ(とろとろ) ほうれん草ペースト 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 ほうれん草 大根 コーン缶 りんご 粉寒天	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどりあん 大根とコーンのスープ ゆるゆるりんごゼリー	全がゆ ⇒ 軟飯(80g) 白身魚のみどりあん 大根とコーンのスープ りんごゼリー	おじや 野菜スープ バナナ	おじや 野菜スープ バナナ 手づかみポテト 米 ツナ缶 人参 玉ねぎ ささみ ほうれん草 ジャが芋 バナナ
20 水	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトすり流し ほうれん草ペースト すまし汁 (主な材料) 米 豆腐 人参 ブロッコリー ジャが芋 あおさ バナナ	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のだし煮 ポテトスープ(みそ風味) バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯(80g) 豆腐と野菜のだし煮 みそ汁 手づかみポテト バナナ	ツナがゆ(べたべた) かぼちゃのそぼろ煮風 くたくたそうめん汁 みかん	ツナがゆ ⇒ 軟飯(80g) かぼちゃのそぼろ煮風 そうめん汁 みかん 米 ツナ缶 ブロッコリー かぼちゃ ささみ 玉ねぎ そうめん みかん
21 木	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト 白菜すりつぶし 野菜スープ (主な材料) 米 人参 玉ねぎ 青のり 豆腐 ブロッコリー 白菜 コーン缶 みかん	おじや 豆腐と野菜のうま煮 野菜スープ みかん	おじや 豆腐と野菜のうま煮 野菜スープ みかん	全がゆ(べたべた) 白身魚のトマト煮 ブロッコリースープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯(80g) 白身魚のトマト煮 ブロッコリー バナナ 米 白身魚 ジャが芋 白菜 ブロッコリー 人参 バナナ
22 金	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト かぼちゃすり流し すまし汁 (主な材料) 米 人参 ジャが芋 白身魚 ブロッコリー 白菜 あおさ みかん	人参がゆ ポテトと煮魚 白菜スープ みかん	人参がゆ ⇒ 軟飯(80g) ポテトと煮魚 白菜スープ みかん	コーンがゆ(べたべた) かぼちゃそぼろ煮風 ポテト汁 バナナ	コーンがゆ ⇒ 軟飯(80g) かぼちゃそぼろ煮風 ポテト汁 手づかみかぼちゃ バナナ 米 コーン缶 かぼちゃ ささみ 玉ねぎ ジャが芋 バナナ
23 土	つぶしがゆ(とろとろ) 人参ペースト ブロッコリーすり流し 野菜スープ (主な材料) 米 人参 玉ねぎ ツナ缶 キャベツ ブロッコリー 豆腐 みかん	ツナおじや 豆腐と野菜のスープ みかん	ツナおじや 豆腐と野菜のスープ みかん 	みどりがゆ(べたべた) 鶏ささみのりんご煮 あおさ汁(みそ風味)	みどりがゆ ⇒ 軟飯(80g) 鶏ささみのりんご煮 あおさのみそ汁 
25 月	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し ブロッコリーすり流し 人参ペースト (主な材料) 米 白身魚 ブロッコリー 人参 コーン缶 キャベツ みかん	全がゆ(べたべた) 白身魚の二色煮 コーンスープ みかん	全がゆ ⇒ 軟飯(80g) 白身魚の二色煮 コーンスープ みかん	全がゆ(べたべた) ツナじゃが くたくたそうめん汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯(80g) ツナじゃが そうめん汁 みかん 米 ジャが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 そうめん 白菜 みかん
26 火	つぶしがゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し ブロッコリーすり流し トマトペースト すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 トマト ブロッコリー ジャが芋 バナナ きなこ	全がゆ(べたべた) 白身魚のトマト煮 ブロッコリースープ きなこバナナ	全がゆ ⇒ 軟飯(80g) 白身魚のトマト煮 ブロッコリースープ きなこバナナ	パンがゆ⇒ココロトースト 豆腐とかぼちゃのスープ ゆるゆるりんごゼリー	スティックトースト(手づかみ) 豆腐とかぼちゃのスープ りんごゼリー 食パン 豆腐 かぼちゃ 玉ねぎ コーン缶 りんご 粉寒天
27 水	つぶしがゆ(とろとろ) ポテトペースト 人参ペースト 絹豆腐のすり流し すまし汁 (主な材料) 米 大根 人参 ツナ缶 絹ごし豆腐 あおさ レタス みかん	全がゆ(べたべた) 大根ツナ煮 豆腐スープ(みそ風味) みかん	全がゆ ⇒ 軟飯(80g) 大根ツナ煮 手づかみ大根 豆腐のみそ汁 みかん	全がゆ(べたべた) 白身魚のトマト風味 コーンスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯(80g) 白身魚のトマト風味 コーンスープ バナナ 米 白身魚 人参 玉ねぎ コーン缶 ジャが芋 バナナ
28 木	つぶしがゆ(とろとろ) 白菜すりつぶし かぼちゃすり流し すまし汁 (主な材料) 米 ツナ缶 玉ねぎ 白菜 かぼちゃ あおさ バナナ	ツナおじや かぼちゃマッシュ すまし汁 バナナ	ツナおじや かぼちゃマッシュ すまし汁 バナナ	かぼちゃがゆ(べたべた) 白身魚のみぞれ煮 くたくたそうめん汁 みかん	かぼちゃがゆ ⇒ 軟飯(80g) 白身魚のみぞれ煮 そうめん汁 みかん 米 かぼちゃ 白身魚 キャベツ 人参 そうめん みかん