

月齢 固さ 目安	7ヶ月頃（中期） 歯ぐきでつぶせる固さ 絹ごし豆腐くらい	9～11ヶ月頃（後期） 歯ぐきでつぶせるかたさ バナナくらい	12～18ヶ月頃（完了期） 歯ぐきでつぶせる固さ 肉団子くらい	月齢 固さ 目安	7ヶ月頃（中期） 歯ぐきでつぶせる固さ バナナくらい	9～11ヶ月頃（後期） 歯ぐきでつぶせるかたさ バナナくらい	12～18ヶ月頃（完了期） 歯ぐきでつぶせる固さ 肉団子くらい
1 （水）	全粥 豆腐と野菜のやわらか煮 （ブロッコリー 人参 絹豆腐） ささみのほくし煮 すまし汁（かつおだし） 芋がゆ（米 さつまいも）	全粥～軟飯 豆腐と野菜のきざみ煮 （ブロッコリー 人参 絹豆腐） ささみきざみ煮 すまし汁（かつおだし） 芋がゆ（米 さつまいも）	軟飯～ごはん チキンのマヨネーズ焼きささみ きゅうりとトマトのサラダささみ ゆし豆腐（ねぎ）（薄味） バナナ	17 （金）	全粥 白身魚のほくし煮 野菜のやわらか煮 （人参 ブロッコリー かぼちゃ） すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 かぼちゃ）	全粥～軟飯 白身魚のきざみ煮 野菜のきざみ煮 （人参 ブロッコリー かぼちゃ） すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 かぼちゃ）	軟飯～ごはん 白身魚フライきざみ パパイアイチリーきざみ （パパイア 人参 玉ねぎ ニラ ツナ） すまし汁（豆 青菜）（薄味）きざみ かぼちゃ入りスコーンきざみ
2 （木）	全粥 豆腐と野菜のやわらか煮 （ブロッコリー かぼちゃ 大根 絹豆腐） ささみのほくし煮 すまし汁（かつおだし） パンがゆ（食パン 粉ミルク）	全粥～軟飯 豆腐と野菜のきざみ煮 （ブロッコリー かぼちゃ 大根 絹豆腐） ささみのきざみ煮 すまし汁（かつおだし） パンがゆ（食パン 粉ミルク）	軟飯～ごはん メンチカツささみ 大根炒め物きざみ （大根 人参 いんげん 豚肉 こんにゃく） みそ汁（白菜）きざみ（薄味） ツナサンドきざみ	18 （土）	全粥 野菜のやわらか煮 （人参 大根 かぼちゃ） ささみのほくし煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 ブロッコリー）	全粥～軟飯 野菜のきざみ煮 （人参 大根 かぼちゃ） ささみのきざみ煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 ブロッコリー）	ジュース （米 ひじき 人参 豚肉 ねぎ） 大根の和え物きざみ （大根 きゅうり ツナ） すまし汁（わかめねぎ）（薄味） ちんぴんきざみ
3 （金）	全粥 豆腐と野菜のやわらか煮 （ブロッコリー 人参 絹豆腐） ささみのほくし煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 かぼちゃ）	全粥～軟飯 豆腐と野菜のきざみ煮 （ブロッコリー 人参 絹豆腐） ささみきざみ煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 かぼちゃ）	軟飯～ごはん 厚揚げのそぼろ煮きざみ （厚揚げ ひき肉 玉ねぎ 人参 枝豆 椎茸） ブロッコリーのおかか和えきざみ すまし汁（青菜）きざみ（薄味） オレンジきざみ	20 （月）	海の日（休園）		
4 （土）	全粥 野菜のやわらか煮 （かぼちゃ 人参 ブロッコリー） 白身魚のほくし煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 ブロッコリー）	全粥～軟飯 野菜のきざみ煮 （かぼちゃ 人参 ブロッコリー） 白身魚のきざみ煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 ブロッコリー）	やわらかジュシー （米 ひじき 人参 豚肉 ねぎ） いわしのしょうが焼きささみ すまし汁（わかめ）（薄味）きざみ バナナ（1/2）	21 （火）	全粥 野菜のやわらか煮 （かぼちゃ 人参 ブロッコリー） ささみのほくし煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 人参）	全粥～軟飯 野菜のきざみ煮 （かぼちゃ 人参 ブロッコリー） ささみのきざみ煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 人参）	軟飯～ごはん かぼちゃコロッケきざみ ひじき炒めきざみ （ひじき 豚肉 人参 糸こんにゃく ニラ 大根） みそ汁（昆なし）（薄味） くすもち
6 （月）	全粥 野菜のやわらか煮 （かぼちゃ 人参 ブロッコリー） ささみのほくし煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 人参）	全粥～軟飯 野菜のきざみ煮 （かぼちゃ 人参 ブロッコリー） ささみのきざみ煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 人参）	軟飯～ごはん 野菜コロッケきざみ きんぴらごぼうきざみ （ごぼう 人参 豚肉 こんにゃく） すまし汁（昆なし）（薄味） 焼きケーキきざみ	22 （水）	全粥 野菜のやわらか煮 （かぼちゃ 人参 きゃべつ） 白身魚のほくし煮 すまし汁（かつおだし） あずきがゆ（米 あずき）	全粥～軟飯 野菜のきざみ煮 （かぼちゃ 人参 きゃべつ） 白身魚のきざみ煮 すまし汁（かつおだし） あずきがゆ（米 あずき）	軟飯～ごはん 白身魚のカレー風味揚げ ふりりチーきざみ （ふ 卵 きゃべつ 人参 ニラ ツナ） ソーメン汁（ねぎ）きざみ（薄味）りんごスライス
7 （火）	全粥 野菜のやわらか煮 （ブロッコリー 人参 ジャがいも） ささみのほくし煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 かぼちゃ）	全粥～軟飯 野菜のきざみ煮 （ブロッコリー 人参 ジャがいも） ささみきざみ煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 かぼちゃ）	夏野菜カレーきざみ（薄味） （じゃがいも 人参 オクラ 玉ねぎ 豚肉 なすび） ブロッコリーとコーンのサラダきざみ すまし汁（豆）きざみ（薄味） スイカきざみ	23 （木）	全粥 豆腐と野菜のやわらか煮 （豆腐 人参 かぼちゃ） 白身魚のほくし煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 ブロッコリー）	全粥～軟飯 豆腐と野菜のきざみ煮 （豆腐 人参 かぼちゃ） 白身魚のきざみ煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 ブロッコリー）	お弁当日
8 （水）	全粥 野菜のやわらか煮 （人参 ブロッコリー かぼちゃ） 白身魚ほくし煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 白菜）	全粥～軟飯 野菜のきざみ煮 （人参 ブロッコリー かぼちゃ） 白身魚のきざみ煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 白菜）	軟飯～ごはん かぼちゃと豚肉の煮物きざみ 白菜の和え物きざみ （白菜 きゅうり 錦糸卵） すまし汁（昆なし）（薄味） オレンジきざみ	24 （金）	全粥 豆腐と野菜のやわらか煮 （人参 ジャがいも 玉ねぎ） ささみのほくし煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 かぼちゃ）	全粥～軟飯 豆腐と野菜のきざみ煮 （人参 ジャがいも 玉ねぎ） ささみのきざみ煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 かぼちゃ）	
9 （木）	全粥 豆腐と野菜のやわらか煮 （豆腐 人参 かぼちゃ） 白身魚のほくし煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 人参）	全粥～軟飯 豆腐と野菜のきざみ煮 （豆腐 人参 かぼちゃ） 白身魚のきざみ煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 人参）	軟飯～ごはん 春巻ききざみ 豆腐チャンブルーきざみ （豆腐キャベツ 人参ピーマンツナ） すまし汁（青菜）（薄味） りんごスライス	25 （土）	全粥 野菜のやわらか煮 （かぼちゃ 人参 ブロッコリー） 白身魚のほくし煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 人参）	全粥～軟飯 野菜のきざみ煮 （かぼちゃ 人参 ブロッコリー） 白身魚のきざみ煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 人参）	ナポリタンきざみ （ズイムン 玉ねぎ 人参 ピーマン） ポテトフライきざみ わかめスープ（人参）
10 （金）	全粥 豆腐と野菜のやわらか煮 （豆腐 人参 ブロッコリー） 白身魚のほくし煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 かぼちゃ）	全粥～軟飯 豆腐と野菜のきざみ煮 （豆腐 人参 ブロッコリー） 白身魚のきざみ煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 かぼちゃ）	軟飯～ごはん 豚肉の生姜焼ききざみ （豚肉 玉ねぎ きゃべつ） マカロニサラダささみ（きゅうり） みそ汁（ねぎ大根）（薄味）バナナ	27 （月）	全粥 野菜のやわらか煮 （かぼちゃ 人参 ブロッコリー） ささみのほくし煮 すまし汁（かつおだし） 芋がゆ（米 さつまいも）	全粥～軟飯 野菜のきざみ煮 （かぼちゃ 人参 ブロッコリー） ささみのきざみ煮 すまし汁（かつおだし） 芋がゆ（米 さつまいも）	軟飯～ごはん チーズはんぺんフライきざみ 切干大根イチリーきざみ （切干大根 刻昆布 人参 かまぼこ） すまし汁（豆）（薄味）
11 （土）	全粥 野菜のやわらか煮 （人参 かぼちゃ ブロッコリー） ささみのほくし煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 人参）	全粥～軟飯 野菜のきざみ煮 （人参 かぼちゃ ブロッコリー） ささみのきざみ煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 人参）	軟飯～ごはん （うどん 豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ ニラ） ポークしゅうまいきざみ （豚肉 玉ねぎ しょうが） すまし汁（わかめ）きざみ（薄味） 鮭おにぎり	28 （火）	全粥 豆腐と野菜のやわらか煮 （人参 かぼちゃ 絹豆腐） ささみのほくし煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 人参）	全粥～軟飯 豆腐と野菜のきざみ煮 （人参 かぼちゃ 絹豆腐） ささみのきざみ煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 人参）	軟飯～ごはん マーボー豆腐 （豆腐 ひき肉 玉ねぎ 人参） 中華きゅうりささみ すまし汁（ねぎ かつおだし）（薄味） りんごスライス
13 （月）	全粥 野菜のやわらか煮 （かぼちゃ 人参 ブロッコリー） ささみのほくし煮 すまし汁（かつおだし） フルーツがゆ（フルーツ 粉ミルク）	全粥～軟飯 野菜のきざみ煮 （かぼちゃ 人参 ブロッコリー） ささみのきざみ煮 すまし汁（かつおだし） フルーツがゆ（フルーツ 粉ミルク）	軟飯～ごはん ミートボールケチャップ焼きささみ ブロッコリーソーテきざみ （ブロッコリー 人参 玉ねぎ） みそ汁（昆なし）きざみ（薄味） オレンジきざみ 玄米フレークスナック	29 （水）	全粥 豆腐と野菜のやわらか煮 （豆腐 人参 かぼちゃ） 白身魚のほくし煮 すまし汁（かつおだし） パンがゆ（食パン 粉ミルク）	全粥～軟飯 豆腐と野菜のきざみ煮 （豆腐 人参 かぼちゃ） 白身魚のきざみ煮 すまし汁（かつおだし） パンがゆ（食パン 粉ミルク）	軟飯～ごはん 白身魚のカレー風味揚げきざみ ゴーヤーチャンブルーきざみ （ニガウリ 豆腐 玉ねぎ 人参 ツナ 卵） みそ汁（昆なし）きざみ（薄味）バナナ ジャムサンドきざみ
14 （火）	全粥 豆腐と野菜のやわらか煮 （豆腐 ブロッコリー かぼちゃ 人参） 白身魚のほくし煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 ブロッコリー）	全粥～軟飯 豆腐と野菜のきざみ煮 （豆腐 ブロッコリー かぼちゃ 人参） 白身魚のきざみ煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 ブロッコリー）	軟飯～ごはん 魚天ぷらきざみ （白身魚 小麦粉 卵 油） へちまブシュー（へちま豆腐人参豚肉ニラ） そば汁（ねぎ）きざみ（薄味） アブラササきざみ	30 （木）	全粥 豆腐と野菜のやわらか煮 （豆腐 ブロッコリー 人参） ささみのほくし煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 ブロッコリー）	全粥～軟飯 豆腐と野菜のきざみ煮 （豆腐 ブロッコリー 人参） ささみのきざみ煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 ブロッコリー）	軟飯～ごはん チキンの照り焼きささみ 人参シリシリーきざみ （人参 玉ねぎ ニラ 卵 ツナ） そば汁（ねぎ）きざみ（薄味） オレンジきざみ 蒸しまんじゅうきざみ
15 （水）	全粥 豆腐と野菜のやわらか煮 （豆腐 ブロッコリー かぼちゃ 人参） ささみのほくし煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 人参）	全粥～軟飯 豆腐と野菜のきざみ煮 （豆腐 ブロッコリー かぼちゃ 人参） ささみのきざみ煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 人参）	軟飯～ごはん 和風ハンバーグきざみ （ひき肉 パン粉 玉ねぎ 人参 ピーマン） 春雨サラダきざみ（きゅうりハム） もずくスープ（もずく）（薄味） 誕生ケーキきざみ	31 （金）	全粥 豆腐と野菜のやわらか煮 （豆腐 ジャがいも 人参 ブロッコリー） ささみのやわらか煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 かぼちゃ）	全粥～軟飯 豆腐と野菜のきざみ煮 （豆腐 ジャがいも 人参 ブロッコリー） ささみのやわらか煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 かぼちゃ）	スバゲティーミートソースきざみ （スパゲティ 合挽肉 とまと 人参 玉ねぎ セロリ ピーマン） きゅうりとセロリのサラダきざみ コンスープ（玉ねぎ） 鮭おにぎり
16 （木）	全粥 豆腐と野菜のやわらか煮 （人参 ブロッコリー かぼちゃ） 白身魚のほくし煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 かぼちゃ）	全粥～軟飯 豆腐と野菜のきざみ煮 （人参 ブロッコリー かぼちゃ） 白身魚のきざみ煮 すまし汁（かつおだし） 野菜がゆ（米 かぼちゃ）	焼きそばきざみ（めん キャベツ 人参 玉ねぎ ピーマン 豚肉） ギョーザきざみ アーサ汁（豆腐）薄味）きざみ バナナきざみ ジュシーおにぎり	※天候などの都合により献立または食材を変更する場合があります。			