



C(後期)食からは普通食より取り分けしており、  
 C(後期)食は調味料1/3量、汁ものはだし汁で3倍に薄めて作っています。  
 D(完了期)食は調味料半量、汁ものはだし汁で2倍に薄めて作っています。

日	A(初期) 6か月	B(中期) 7~8か月	C(後期) 9~11か月	D(完了期) 12~18か月
4・木	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 麩のだし煮(麩、だし汁、でんぷん) 煮野菜(にんじん、じゃがいも、たまねぎ、煮汁、でんぷん) 育児用ミルク	お粥 麩と野菜の煮物(麩、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、煮汁、でんぷん) わかめの汁もの(わかめ、だし汁) 育児用ミルク	かた粥 ツナと野菜の煮物(グリーンピース・しらたき除く) 麩とわかめのみそ汁	軟飯 ツナと野菜の煮物(グリーンピース・しらたき除く) 麩とわかめのみそ汁
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク 青のり粥(米、青のり粉)	育児用ミルク カルシウムお焼きの硬粥(ゴマよくする、じゃこ粉状、煮返す)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 カルシウムお焼きの軟飯(ゴマよくする、煮返す)
5・金	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 凍り豆腐のだし煮(凍り豆腐すりおろし、だし汁、でんぷん) 煮野菜(にんじん、はくさい、小松菜葉先、煮汁、でんぷん) 育児用ミルク	お粥 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐、たまねぎ、はくさい、だし汁、でんぷん) 野菜の汁もの(小松菜、にんじん、だし汁) 育児用ミルク	かた粥 凍り豆腐とはくさいのみそ炒め 大麦麺と小松菜のすまし汁	軟飯 凍り豆腐とはくさいのみそ炒め 大麦麺と小松菜のすまし汁
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク 野菜粥(米、だいこん、かぶ、小松菜)	育児用ミルク 七草粥 みかん 	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 七草粥 みかん
6・土	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚、煮汁、でんぷん) 煮野菜(じゃがいも、だいこん、小松菜葉先、煮汁、でんぷん) 育児用ミルク	お粥 煮魚(白身魚、煮汁、でんぷん) 煮野菜(じゃがいも、だいこん、小松菜、煮汁、でんぷん) 育児用ミルク	かた粥 じゃがいもと豚肉のケチャップ煮(ケチャップ少量、グリーンピース除く) だいこんとあおなの汁もの	軟飯 じゃがいもと豚肉のケチャップ煮(ケチャップ少量、グリーンピース除く) だいこんとあおなの汁もの
22・月	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 凍り豆腐のだし煮(凍り豆腐すりおろし、だし汁、でんぷん) 煮野菜(にんじん、きゃべつ、だいこん、煮汁、でんぷん) 育児用ミルク	お粥 (削り節入り炒って粉状) 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐、にんじん、キャベツ、だし汁、でんぷん) 野菜の汁もの(わかめ、だいこん、だし汁) 育児用ミルク	かた粥 (削り節入り炒って粉状) 八宝菜(もやし除く・えび・たけのこ除く、適宜煮返す) わかめとだいこんのスープ	軟飯 (削り節入り炒って粉状) 八宝菜(もやし除く、適宜煮返す) わかめとだいこんのスープ
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク 野菜粥(米、小松菜)	育児用ミルク 骨太ご飯のかた粥(さくらえび・ちりめんじゃこ粉状)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 骨太ご飯の軟飯
9・火	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚、煮汁、でんぷん) 煮野菜(にんじん、ブロッコリー穂先、カリフラワー穂先、煮汁、でんぷん) 育児用ミルク	お粥 煮魚(白身魚、煮汁、でんぷん) 煮野菜(ブロッコリー、カリフラワー、にんじん、煮汁、でんぷん) 野菜の汁もの(はくさい、だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鶏肉のマーメレード焼き(マーメレード少量) 温野菜サラダ(マヨネーズ少量) 白菜のスープ 	軟飯 鶏肉のマーメレード焼き(マーメレード少量) 温野菜サラダ(マヨネーズ少量) 白菜のスープ
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク 煮うどん(乾麺、にんじん、たまねぎ、だし汁)	育児用ミルク みそうどん(もやし除く)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 みそうどん(もやし除く)
10・水	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 豆腐のだし煮(豆腐、だし汁、でんぷん) 煮野菜(にんじん、はくさい、煮汁、でんぷん) 育児用ミルク	お粥 魚と野菜の煮物(かじき、にんじん、いんげん、煮汁、でんぷん) 野菜の汁もの(はくさい、だし汁) 育児用ミルク	かた粥 魚と切昆布の炊き合わせ(昆布軟らかく、油あげ除く) 豆腐とはくさいのみそ汁	軟飯 魚と切昆布の炊き合わせ(昆布軟らかく、油あげ除く) 豆腐とはくさいのみそ汁
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク ポテト粥(じゃがいも、育児用ミルク)	育児用ミルク フライドポテト(適宜煮返す)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 フライドポテト(適宜煮返す)
11・木	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 豆腐のだし煮(豆腐、だし汁、でんぷん) 煮野菜(にんじん、じゃがいも、たまねぎ、煮汁、でんぷん) 育児用ミルク	お粥 豆腐と野菜の煮物(豆腐、にんじん、たまねぎ、だし汁、でんぷん) 野菜の汁もの(じゃがいも、わかめ、だし汁) 育児用ミルク	かた粥 いり豆腐(グリーンピース・たけのこ・つきこん除く) じゃがいもとわかめのみそ汁	軟飯 いり豆腐(グリーンピース・つきこん除く) じゃがいもとわかめのみそ汁
	おやつ 育児用ミルク 	育児用ミルク りんご粥(米、りんご、育児用ミルク)	育児用ミルク りんご硬粥(米、りんご、塩少々、育児用ミルク)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 アップルリング

12 ・ 26 ・ 金	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
	昼食	つぶし粥 魚のミルク煮(白身魚、煮汁、でんぷん、育児用ミルク) 煮野菜(にんじん、かぶ、キャベツ、煮汁、でんぷん) 育児用ミルク	お粥 魚と野菜のミルク煮(白身魚、にんじん、じゃがいも、たまねぎ、煮汁、でんぷん、育児用ミルク) 煮野菜(かぶ、キャベツ、煮汁、でんぷん) 育児用ミルク	かた粥 コーンシチュー(ホールコーン・グリーンピース除く) かぶとキャベツのサラダ(りんご除く)	軟飯 コーンシチュー(ホールコーン・グリーンピース除く) かぶとキャベツのサラダ
13 ・ 27 ・ 土	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食	つぶし粥 煮魚(白身魚、煮汁、でんぷん) 煮野菜(じゃがいも、にんじん、たまねぎ、だし汁、でんぷん) 育児用ミルク	お粥 煮魚(白身魚、煮汁、でんぷん) 野菜の汁もの(じゃがいも、にんじん、たまねぎ、だし汁) 育児用ミルク	かた粥 カレー肉じゃが(ケチャップ少量、グリーンピース・カレー粉除く) チンゲン菜とえのきのスープ(えのきだけ除く)	軟飯 カレー肉じゃが(ケチャップ・カレー粉少量、グリーンピース除く) チンゲン菜とえのきのスープ(えのきだけ除く)
15 ・ 29 ・ 月	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食	つぶし粥 凍り豆腐のだし煮(凍り豆腐すりおろし、だし汁、でんぷん) 煮野菜(にんじん、じゃがいも、小松菜葉先、煮汁、でんぷん) 育児用ミルク	お粥 凍り豆腐と野菜の煮物(凍り豆腐、にんじん、だし汁、でんぷん) 野菜の汁もの(じゃがいも、小松菜、たまねぎ、だし汁) 育児用ミルク	かた粥 凍り豆腐とごぼうの炒め煮(ごぼう除く) じゃがいもとおおなのスープ	軟飯 凍り豆腐とごぼうの炒め煮 じゃがいもとおおなのスープ
16 ・ 30 ・ 火	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食	つぶし粥 煮魚(白身魚、煮汁、でんぷん) 煮野菜(キャベツ、にんじん、だいこん、煮汁、でんぷん) 育児用ミルク	お粥 鶏肉と野菜の煮物(鶏ささみ肉、キャベツ、にんじん、煮汁、でんぷん) 野菜の汁もの(わかめ、だいこん、だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鶏ささみのフリッター(全卵1/3量、ケチャップ少量) ゆで野菜 わかめとだいこんのみそ汁	軟飯 鶏ささみのフリッター(全卵2/3量、ケチャップ少量) ゆで野菜 わかめとだいこんのみそ汁
17 ・ 31 ・ 水	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食	つぶし粥 豆腐のだし煮(豆腐、だし汁、でんぷん) 煮野菜(はあくさい、にんじん、だいこん、煮汁、でんぷん) 育児用ミルク	お粥 豆腐と野菜の煮物(豆腐、はあくさい、にんじん、だし汁、でんぷん) 野菜の汁もの(だいこん、さいとも、だし汁) 育児用ミルク	かた粥 魚の塩焼き(さば・白身魚) はくさいの削り節和え(削り節炒って粉状) 豚汁(こんにやく・ごぼう除く)	軟飯 魚の塩焼き はくさいの削り節和え(削り節炒って粉状) 豚汁(こんにやく除く)
18 ・ 木	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食	つぶし粥 煮魚(白身魚、煮汁、でんぷん) 煮野菜(にんじん、たまねぎ、キャベツ、煮汁、でんぷん) 育児用ミルク	お粥 魚と野菜の煮物(白身魚、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、煮汁、でんぷん) 煮野菜(キャベツ、わかめ、煮汁、でんぷん) 育児用ミルク	かた粥 ポークビーンズ(ケチャップ少量、ソース・大豆除く) わかめのサラダ(コーン除く)	軟飯 ポークビーンズ(ケチャップ・ソース少量、大豆除く) わかめのサラダ(コーン除く)
19 ・ 金	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳
	昼食	つぶし粥 豆腐のだし煮(豆腐、だし汁、でんぷん) 煮野菜(にんじん、だいこん、小松菜葉先、煮汁、でんぷん) 育児用ミルク	お粥 豆腐と野菜の煮物(豆腐、にんじん、さいとも、だいこん、だし汁、でんぷん) 野菜の汁もの(小松菜、だし汁) 育児用ミルク	かた粥 おでん風煮(昆布軟らかく、生あげ外側除く又は豆腐、こんにやく・ちくわ除く) 麩と小松菜のみそ汁	軟飯 おでん風煮(昆布軟らかく、生あげ外側除く又は豆腐、こんにやく除く) 麩と小松菜のみそ汁
誕生会	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食	つぶし粥 煮魚(白身魚、煮汁、でんぷん) 野菜のミルク煮(キャベツ、にんじん、はくさい、煮汁、でんぷん、育児用ミルク) 育児用ミルク	お粥 鶏肉と野菜の煮物(鶏ささみ肉、キャベツ、にんじん、煮汁、でんぷん) 野菜の汁もの(はくさい、たまねぎ、煮汁、育児用ミルク) 育児用ミルク	かた粥(ゴマ入りよくする) 鶏ささみのピカタ(全卵1/3量まで) コールスロー 白菜とベーコンのクリームスープ(ベーコン少量)	軟飯(ゴマ入りよくする) 鶏ささみのピカタ(全卵2/3量まで) コールスロー 白菜とベーコンのクリームスープ(ベーコン少量)
誕生会	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク パン粥(パン、たまねぎ、トマトピューレ少量)	育児用ミルク 硬粥(青のり入り)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 軟飯(青のり入り)
誕生会	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク 煮うどん(大麦麵、わかめ、だし汁)	育児用ミルク ささみとわかめのあんかけうどん	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ささみとわかめのあんかけうどん
誕生会	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク パン粥(パン、たまねぎ、トマトピューレ少量)	育児用ミルク ピザトースト(ハム少量、適宜煮かえす)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ピザトースト(ハム少量、適宜煮かえす)