

日	曜	5~6ヶ月頃 (初期)	7~8ヶ月頃 (中期)	9~11ヶ月頃 (後期)	12~15ヶ月頃 (完了期)	16ヶ月頃~ (乳児食)
15	火	つぶし粥 スープ上澄み かぶペースト 白菜ペースト	おかゆ かぶのすまし汁 豆腐のあんかけ煮 白菜の煮物	かたがゆ かぶのすまし汁 豆腐のあんかけ煮 白菜の煮物	軟飯 かぶのすまし汁 豆腐のあんかけ煮 白菜ときゅうりの和え物	ごはん キャベツとまいたけのみそ汁 肉豆腐 白菜の一夜漬け風 果物
26	水	つぶし粥 スープ上澄み 人参ペースト 大根ペースト	おかゆ クリームコンスープ しらすと人参の煮物 ブロッコリーと大根の煮物	かたがゆ クリームコンスープ しらすと人参の煮物 ブロッコリーと大根の煮物	カレーライス (豚肉 玉ねぎ 人参 豆乳) クリームコンスープ ブロッコリーと大根の和え物	カレーライス えのきとコーンのスープ カリフラワーとブロッコリーのサラダ
37	木	つぶし粥 スープ上澄み 青菜ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ 青菜のスープ 豆腐と人参の煮物 じゃが芋の煮物	かたがゆ 青菜のスープ 豆腐と人参の煮物 じゃが芋の煮物	軟飯 青菜のスープ 鶏肉と人参の煮物 じゃが芋ときゅうりのサラダ	ごはん チンゲン菜とコーンのスープ 照り焼きチキン ポテトサラダ 果物
48	金	つぶし粥 スープ上澄み 人参ペースト 大根ペースト	おかゆ あさつきのみそ汁 鮭と大根の煮物 人参と青菜の煮物	かたがゆ あさつきのみそ汁 鮭と大根の煮物 人参と青菜の煮物	軟飯 あさつきのみそ汁 鮭と大根の煮物 人参と青菜の和え物	玄米ごはん 厚揚げとあさつきのみそ汁 鮭の塩焼き 切り干し大根の煮つけ 果物
59	土	つぶし粥 スープ上澄み 白菜ペースト かぼちゃペースト	おかゆ 白菜のスープ 鮭とかぼちゃのあんかけ煮 ブロッコリーの煮物	かたがゆ 白菜のスープ 鮭とかぼちゃのあんかけ煮 ブロッコリーの煮物	軟飯 白菜のスープ 鮭とかぼちゃのあんかけ煮 ブロッコリーのサラダ	鶏肉のトマトクリームライス 白菜と人参のスープ ブロッコリーとツナのサラダ
721	月	つぶし粥 スープ上澄み じゃが芋ペースト キャベツペースト	おかゆ 青菜のスープ しらすとじゃが芋の煮物 キャベツの煮物	かたがゆ 青菜のスープ しらすとじゃが芋の煮物 キャベツの煮物	軟飯 青菜のスープ 豚肉とじゃが芋の煮物 キャベツの和え物	ごはん 豆腐とあおさのすまし汁 豚肉の炭焼き キャベツのみそマヨネーズ和え 果物
822	火	つぶし粥 スープ上澄み 人参ペースト かぶペースト	おかゆ ワカメのスープ 豆腐と人参の煮物 かぶの煮物	かたがゆ ワカメのスープ 豆腐と人参の煮物 かぶの煮物	軟飯 ワカメのスープ 豆腐と人参の煮物 かぶときゅうりの和え物	ごはん ワカメと玉ねぎのスープ 家常豆腐 スティックきゅうり 果物
923	水	つぶし粥 スープ上澄み 大根ペースト 白菜ペースト	おかゆ 大根のみそ汁 しらすと里芋の煮物 白菜の煮物	かたがゆ 大根のみそ汁 しらすと里芋の煮物 白菜の和え物	軟飯 大根のみそ汁 鶏肉と里芋の煮物 白菜のゆかり和え	ふりかけごはん なめごとねぎのみそ汁 鶏肉と里芋の煮物 白菜のゆかり和え 果物
1024	木	つぶし粥 スープ上澄み じゃが芋ペースト 人参ペースト	おかゆ あさつきのみそ汁 白身魚の煮物 じゃが芋と人参の煮物	かたがゆ あさつきのみそ汁 白身魚の煮物 じゃが芋と人参の煮物	軟飯 あさつきのみそ汁 白身魚の煮物 じゃが芋と人参の煮物	ワカメごはん キャベツとじゃが芋のみそ汁 かじまぐろのしょうが焼き ひじきの煮物 果物
1125	金	つぶし粥 スープ上澄み キャベツペースト かぼちゃペースト	おかゆ 玉ねぎのスープ 鮭とキャベツの煮物 かぼちゃの煮物	かたがゆ 玉ねぎのスープ 鮭とキャベツの煮物 かぼちゃの煮物	軟飯 玉ねぎのスープ 豚肉とキャベツの炒め煮 かぼちゃの煮物	ごはん コンソメスープ ポークチャップ 粉ふき芋 果物
1226	土	つぶし粥 スープ上澄み 白菜ペースト さつま芋ペースト	おかゆ チンゲン菜のスープ 豆腐と白菜の煮物 さつま芋の煮物	かたがゆ チンゲン菜のスープ 豆腐と白菜の煮物 さつま芋の煮物	軟飯 チンゲン菜のスープ 豆腐と白菜の煮物 さつま芋の煮物	中華丼 豆腐とあさつきのスープ さつま芋のレーズン煮
28	月	つぶし粥 スープ上澄み さつま芋ペースト キャベツペースト	おかゆ キャベツのみそ汁 豆腐のあんかけ煮 さつま芋の煮物	かたがゆ キャベツのみそ汁 豆腐のあんかけ煮 さつま芋の煮物	軟飯 キャベツのみそ汁 豆腐と豚肉のあんかけ煮 さつま芋の煮物	ごはん キャベツとあさつきのみそ汁 高野豆腐のあんかけ煮 蒸かし芋 果物
29	火	つぶし粥 スープ上澄み かぼちゃペースト 大根ペースト	おかゆ ワカメのみそ汁 白身魚とかぼちゃの煮物 大根の磯辺煮	かたがゆ ワカメのみそ汁 白身魚とかぼちゃの煮物 大根の磯辺煮	軟飯 ワカメのみそ汁 白身魚とかぼちゃの煮物 大根の磯辺煮	黒米ごはん 大根と油揚げのみそ汁 鮭のごま風味焼き きゅうりの酢の物
30	水	つぶし粥 スープ上澄み さつま芋ペースト かぶペースト	おかゆ チンゲン菜のすまし汁 豆腐とさつま芋の煮物 かぶの煮物	かたがゆ チンゲン菜のすまし汁 豆腐とさつま芋の煮物 かぶの和え物	軟飯 チンゲン菜のすまし汁 鶏肉団子のあんかけ煮(豆腐 さつま芋) かぶの和え物	ごはん 豆腐とみつばのすまし汁 松風焼 かぶのあちらら漬け 果物
31	木	つぶし粥 スープ上澄み 人参ペースト 青菜ペースト	おかゆ かぶのスープ 白身魚の煮物 人参と青菜の煮物	かたがゆ かぶのスープ 白身魚の煮物 人参と青菜の和え物	軟飯 かぶのスープ 白身魚のソテー 人参と青菜の和え物	ごはん かぶとベーコンのスープ 白身魚のカレー焼き きのこのソテー 果物
盛付け量の目安		主食 大さじ2 汁物 3 おかず 2 おかず 2	主食 大さじ3 汁物 5 おかず 2 おかず 2	主食 大さじ3 汁物 5 おかず 3 おかず 3	主食 大さじ4 汁物 7 おかず 3 おかず 3	主食 60g 汁物 120cc 主菜 30g位 副菜 30g位

☆完了期食では朝の水分補給時に牛乳を提供しますが、その他の食事形態・時間帯・食事時には麦茶を提供します。

☆中期食からは、果物(りんご)を提供します。

☆豚肉・鶏肉はひき肉を、完了期食に使用するきゅうり・トマトは皮をむいてボイルしたものを使用しています。

☆16ヶ月から提供するパン・種・マカロニ・粉菓子類は、米粉を使用しています。