

令和8年4月 ※中期・後期ともに昼食時にミルク100ccを補充

離乳食こんだてひょう



| 月齢         |      |   | 中期  | 後期   | 月齢         |      |   | 中期  | 後期  |
|------------|------|---|---|--|------------|------|---|---|---|
| 調理形態       |      |   | 7, 8ヶ月  | 9, 10, 11ヶ月                                    | 調理形態       |      |   | 7, 8ヶ月                                    | 9, 10, 11ヶ月                                   |
|            |      |   | 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                                    |
| 1日<br>(水)  | 使用食品 | 昼 | おかゆ(七分粥)<br>豆腐のそぼろ煮<br>かぼちゃとさつま芋の煮物             | おかゆ(軟飯)<br>豆腐のそぼろ煮<br>かぼちゃとさつま芋の煮物 オレンジ        | 16日<br>(木) | 使用食品 | 昼 | おかゆ(七分粥)<br>ささみとじゃが芋の煮物<br>ほうれん草と人参の煮びたし  | おかゆ(軟飯)<br>ささみとじゃが芋の煮物<br>ほうれん草と人参の煮びたし       |
| 2日<br>(木)  | 使用食品 | 昼 | おかゆ(七分粥)<br>白身魚とほうれん草のトロみ煮<br>キャベツと人参の煮びたし      | おかゆ(軟飯)<br>白身魚とほうれん草のトロみ煮<br>キャベツと人参の煮びたし りんご煮 | 17日<br>(金) | 使用食品 | 昼 | おかゆ(七分粥)<br>じゃが芋のそぼろ煮<br>キャベツと人参のトロみ煮     | おかゆ(軟飯)<br>じゃが芋のそぼろ煮<br>キャベツと人参のトロみ煮 パイン缶     |
| 3日<br>(金)  | 使用食品 | 昼 | おかゆ(七分粥)<br>ささみとブロッコリーのくず煮<br>じゃが芋とほうれん草の煮物 いちご | おかゆ(軟飯)<br>ささみとブロッコリーのくず煮<br>じゃが芋とほうれん草の煮物 いちご | 20日<br>(月) | 使用食品 | 昼 | おかゆ(七分粥)<br>ブロッコリーのそぼろ煮<br>大根と人参の煮物       | おかゆ(軟飯)<br>ブロッコリーのそぼろ煮<br>大根と人参の煮物 りんご煮       |
| 6日<br>(月)  | 使用食品 | 昼 | おかゆ(七分粥)<br>キャベツのそぼろ煮<br>大根とわかめのトロみ煮            | おかゆ(軟飯)<br>キャベツのそぼろ煮<br>大根とわかめのトロみ煮 オレンジ       | 21日<br>(火) | 使用食品 | 昼 | おかゆ(七分粥)<br>白身魚と人参のくず煮<br>マッシュポテト         | おかゆ(軟飯)<br>白身魚と人参のくず煮<br>マッシュポテト              |
| 7日<br>(火)  | 使用食品 | 昼 | おかゆ(七分粥)<br>ささみとじゃが芋の煮物<br>キャベツと人参の煮びたし         | おかゆ(軟飯)<br>ささみとじゃが芋の煮物<br>キャベツと人参の煮びたし りんご煮    | 22日<br>(水) | 使用食品 | 昼 | おかゆ(七分粥)<br>玉ねぎと人参のツナ煮<br>豆腐とわかめのトロみ煮     | おかゆ(軟飯)<br>玉ねぎと人参のツナ煮<br>豆腐とわかめのトロみ煮 オレンジ     |
| 8日<br>(火)  | 使用食品 | 昼 | おかゆ(七分粥)<br>ほうれん草のそぼろ煮<br>麩とチンゲン菜のトロみ煮          | おかゆ(軟飯)<br>ほうれん草のそぼろ煮<br>麩とチンゲン菜のトロみ煮          | 23日<br>(木) | 使用食品 | 昼 | おかゆ(七分粥)<br>白身魚と人参のくず煮<br>さつま芋の煮物 パナナ     | おかゆ(軟飯)<br>白身魚と人参のくず煮<br>さつま芋の煮物 パナナ          |
| 9日<br>(木)  | 使用食品 | 昼 | おかゆ(七分粥)<br>豆腐のそぼろ煮<br>玉ねぎと人参の煮物 パナナ            | おかゆ(軟飯)<br>豆腐のそぼろ煮<br>玉ねぎと人参の煮物 パナナ            | 24日<br>(金) | 使用食品 | 昼 | おかゆ(七分粥)<br>ささみとほうれん草のトロみ煮<br>大根と人参の煮物    | おかゆ(軟飯)<br>ささみとほうれん草のトロみ煮<br>大根と人参の煮物 パイン缶    |
| 10日<br>(金) | 使用食品 | 昼 | おかゆ(七分粥)<br>白身魚と人参の煮物<br>ほうれん草と豆腐のくず煮           | おかゆ(軟飯)<br>白身魚と人参の煮物<br>ほうれん草の豆腐のくず煮 パイン缶      | 27日<br>(月) | 使用食品 | 昼 | おかゆ(七分粥)<br>ささみとキャベツのくず煮<br>チンゲン菜と人参の煮びたし | おかゆ(軟飯)<br>ささみとキャベツのくず煮<br>チンゲン菜と人参の煮びたし オレンジ |
| 13日<br>(月) | 使用食品 | 昼 | おかゆ(七分粥)<br>じゃが芋のそぼろ煮<br>ブロッコリーと人参の煮びたし パナナ     | おかゆ(軟飯)<br>じゃが芋のそぼろ煮<br>ブロッコリーと人参の煮びたし パナナ     | 28日<br>(火) | 使用食品 | 昼 | おかゆ(七分粥)<br>白身魚とわかめのトロみ煮<br>豆腐と人参の煮物      | おかゆ(軟飯)<br>白身魚とわかめのトロみ煮<br>豆腐と人参の煮物 パイン缶      |
| 14日<br>(火) | 使用食品 | 昼 | おかゆ(七分粥)<br>ささみとほうれん草のくず煮<br>マッシュポテト            | おかゆ(軟飯)<br>ささみとほうれん草のくず煮<br>マッシュポテト オレンジ       | 30日<br>(木) | 使用食品 | 昼 | おかゆ(七分粥)<br>じゃが芋のそぼろ煮<br>麩と人参の煮物 パナナ      | おかゆ(軟飯)<br>じゃが芋のそぼろ煮<br>麩と人参の煮物 パナナ           |
| 15日<br>(水) | 使用食品 | 昼 | おかゆ(七分粥)<br>白身魚人参の煮物<br>豆腐とわかめのトロみ煮             | おかゆ(軟飯)<br>白身魚と人参の煮物<br>豆腐とわかめのトロみ煮 りんご煮       |            |      |   |   |   |

※後期 午前のおやつに30kcal程度のベビーフードと麦茶、午後のおやつに30kcal程度のベビーフードと麦茶とフォローアップを提供。

※中期 午前のおやつに麦茶、午後のおやつにミルク200ccを提供。