

曜日	日	5・6ヶ月(初期)	7・8か月(中期)	9～11か月(後期)	12～18か月(完了期)	完了期おやつ
		ゴックン期 ドロドロ状	モグモグ期 舌でつぶせる固さ	カミカミ期 歯ぐきでつぶせる固さ	バクバク期 歯ぐきで噛める固さ	10時・3時
月	5 19	キャベツペースト つぶしがゆ	にんじんスティック ひき肉とキャベツの煮込み バナナきな粉ヨーグルト スープ・おかゆ・オレンジ	にんじんスティック ひき肉とキャベツの煮込み バナナきな粉ヨーグルト スープ・軟飯・オレンジ	米 広東風野菜炒め 照り焼きチキン オレンジ・麦茶	野菜ジュース せんべい ミルク ジャムサンド
火	6 20	ブロッコリーペースト つぶしがゆ	じゃが芋スティック 鶏とマカロニの煮物 ブロッコリーサラダ 豆腐スープ・おかゆ	じゃが芋スティック 鶏とマカロニの煮物 ブロッコリーサラダ 豆腐スープ・おかゆ	食パン マカロニグラタン キャベツのマリネ ブロッコリーのスープ	果汁ぶどう かんぱん ヨーグルト ビスケット
水	7 21	かぼちゃペースト つぶしがゆ	にんじんスティック ホキとキャベツの煮物 蒸し野菜かぼちゃ・アスパラ トマトスープ・おかゆ	にんじんスティック ホキのソテー 蒸し野菜かぼちゃ・アスパラ トマトスープ・軟飯	パンズパン ホキのソテー 蒸し野菜(アスパラ・南瓜・人参) 青菜とトマトのスープ	牛乳 あかちゃんせんべい ほうじ茶 もちもちポテト
木	8 22	ブロッコリーペースト つぶしがゆ	きゅうりスティック 二色丼(鶏そぼろ・豆腐) ブロッコリーサラダ 味噌汁・おかゆ	きゅうりスティック 二色丼(鶏そぼろ・豆腐) ブロッコリーサラダ 味噌汁・軟飯	三色丼 ブロッコリーの和風サラダ 若竹汁 プルーン	ゼリー 幼児牛乳 おこし
金	9 23	にんじんバナナペースト つぶしがゆ	にんじんスティック 肉団子の煮物 かき菜のしらすあえ 味噌汁・おかゆ・ぼなな	にんじんスティック 肉団子の煮物 かき菜のしらすあえ 味噌汁・軟飯・バナナ	米 肉団子の煮込み かきな胡麻和え 味付のり・ほうじ茶	果汁りんご ビスケット スキムミルク バナナ蒸しパン
土	10 24	じゃが芋マッシュ つぶしがゆ	にんじんスティック キャベツと豚肉の混ぜご飯 こふきいも	にんじんスティック キャベツと豚肉の混ぜご飯 もやし和え こふきいも	ちゃんぽんうどん もやしサラダ	果汁オレンジ サブレ 幼児りんご あかちゃんせんべい
月	12 26	キャベツペースト つぶしがゆ	きゅうりスティック 豆腐ひじきふわふわ煮 小松菜の和え物 キャベツスープ・おかゆ	きゅうりスティック 豆腐ひじきハンバーグ 小松菜の和え物 キャベツスープ・軟飯	パンズパン ハンバーグ 小松菜サラダ もち麦入りスープ	麦茶 カルシウムせん グレープフルーツ ビスケット
火	13 27	じゃが芋マッシュ つぶしがゆ	にんじんスティック ささみと高野豆腐の煮物 ポテト和え スープ・おかゆ・とまと	にんじんスティック ささみと高野豆腐の煮物 ポテト和え スープ・軟飯とまと	ドッグパン スパゲティサラダ ささみソテー ミニトマト・カルピス	果汁やさい 小魚せんべい ヨーグルト ビスケット
水	14 28	大根ペースト つぶしがゆ	大根スティック まぐろほぐし煮 小松菜ののり和え 大根スープ・おかゆ・いちご	大根スティック まぐろのてりやき 小松菜ののり和え 大根スープ・軟飯・いちご	たけのご飯 鮪のソテー 小松菜ののり和え 大根とごぼうの味噌汁	果汁ぶどう ビスケット フルーツゼリー せんべい
木	15	じゃが芋マッシュ つぶしがゆ	きゅうりスティック 肉じゃが 青菜と人参の和え物 味噌汁・きなこおかゆ・いちご	きゅうりスティック 肉じゃが 青菜と人参の和え物 味噌汁・きなこごはん・いちご	米 肉じゃが レタスとコーンサラダ 幼児牛乳・プッチンゼリー	ほうじ茶 サブレ 牛乳 あかちゃんせんべい
金	16 30	かぼちゃペースト つぶしがゆ	にんじんスティック さつまいもと鶏肉の煮物 かぼちゃのサラダ にらスープ・しらすがゆ	にんじんスティック さつまいもと鶏肉の煮物 かぼちゃのサラダ にらスープ・しらすごはん	食パン コーンフレークチキン 南瓜のフレンチサラダ にら玉スープ	ヨーグルト 牛乳 白玉団子
土	17	キャベツペースト つぶしがゆ	きゅうりスティック キャベツとツナのうどん ポテト和え	きゅうりスティック キャベツとツナのうどん ポテト和え	バターロール キャベツと胡瓜のツナサラダ もやしとねぎのスープ	果汁オレンジ あかちゃんせんべい ゼリー せんべい

ご入園・ご進級おめでとうございます



離乳食は母乳やミルクなどの液体から栄養を取ってきた赤ちゃんが、大人と同じように食べるための練習の第一歩です。トロトロのペースト状のものをゴックンと飲みこむことから始め、約一年かけて大人と同じようなものを食べられるようにすることが目的です。

お子さんたちがこちよ環境の中で、食べる楽しさを感じていけるよう、ご家庭と連携をとりながらひとりひとりのペースで進めていきたいと思っておりますので、よろしくおねがいいたします。