



バンビ保育園



【令和 6年】

- ★ 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って、離乳食を進めます。
- ★ 献立は月齢ごとの目安です。使用食品・調理形態・分量など、個人差を考慮します。
- ★ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月頃です。進み具合をみなが【NO 1】

(作成者) 栄養士 野原正子

回数	1回食 (午前)		2回食 (午後)	
月令	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃
形態 固さ	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)
2月	みどりがゆ(べたべた) 根菜トマト煮 豆腐のすまし汁 みかん <small>(主な材料) 米 ほうれん草 ジャが芋 人参 玉ねぎ 絹ごし豆腐 あおさ みかん</small>	みどりがゆ ⇒ 軟飯 根菜トマト煮 豆腐のすまし汁 みかん	コーンリゾット風 米 人参 玉ねぎ ささみ Cコーン缶	
3火	全がゆ(べたべた) 豆腐の二色あんかけ くたくたそうめん汁 バナナ <small>(主な材料) 米 豆腐 人参 ブロッコリー そうめん 白菜 バナナ</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐の二色あんかけ くたくたそうめん汁 バナナ		
4水	全がゆ(べたべた) ツナじゃが あおさ汁 バナナ <small>(主な材料) 米 ジャが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 あおさ キャベツ バナナ</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが あおさ汁 バナナ(手づかみ)	魚おじや 米 白身魚 ジャが芋 青のり 人参	
5木	全がゆ(べたべた) 白身魚と人参のだし煮 大根スープ(みそ風味) みかん <small>(主な材料) 米 白身魚 人参 大根 あおさ みかん</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚と人参のだし煮 大根のみそ汁 手づかみ大 みかん	鶏おじや 米 人参 チンゲン菜 大根 ささみ	
6金	みどりがゆ(べたべた) 白身魚とかぼちゃのスープ あおさ汁 みかん <small>(主な材料) 米 ほうれん草 白身魚 玉ねぎ かぼちゃ あおさ 人参 みかん</small>	みどりがゆ ⇒ 軟飯 白身魚とかぼちゃのスープ煮 あおさ汁 みかん	鶏おじや 米 ささみ 人参 ほうれん草	
7土	おじや 豆腐と野菜のスープ みかん <small>(主な材料) 米 白菜 人参 絹ごし豆腐 ブロッコリー Cコーン缶 みかん</small>	おじや 豆腐と野菜のスープ みかん 	魚おじや  米 白身魚 人参 ほうれん草	
9月	全がゆ(べたべた) 根菜そぼろ煮風 あおさ汁 みかん <small>(主な材料) 米 鶏肉 ジャが芋 玉ねぎ 人参 あおさ キャベツ みかん</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 根菜そぼろ煮風 あおさ汁 みかん	ツナおじや 米 ツナ缶 かぼちゃ 玉ねぎ ほうれん草	
10火	菜がゆ(べたべた) 魚と大根の煮物 くたくたそうめん汁 バナナ <small>(主な材料) 米 チンゲン菜 白身魚 大根 人参 そうめん あおさ バナナ</small>	菜がゆ ⇒ 軟飯 魚と大根の煮物 そうめん汁 バナナ	 鶏おじや 米 ささみ 大根 人参	
11水	全がゆ(べたべた) ささみと人参のうま煮 かぼちゃスープ(みそ風味) みかん <small>(主な材料) 米 ささみ 玉ねぎ 人参 ブロッコリー かぼちゃ あおさ みかん</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 ささみと人参のうま煮 かぼちゃのみそ汁 みかん	魚おじや 米 白身魚 人参 玉ねぎ	
12木	みどりがゆ(べたべた) 根菜ツナ煮 あおさ汁 みかん <small>(主な材料) 米 ブロッコリー 人参 大根 玉ねぎ ツナ缶 あおさ みかん</small>	みどりがゆ ⇒ 軟飯 根菜ツナ煮 あおさ汁 手づかみ大根 みかん	芋入おじや 米 さつま芋 白身魚 人参	
13金	しらすがゆ(べたべた) 野菜のだし煮 ゆし豆腐(薄) バナナ <small>(主な材料) 米 しらす干し 青のり 人参 ブロッコリー ゆし豆腐 ほうれん草 バナナ</small>	しらすがゆ ⇒ 軟飯 野菜のだし煮 ゆし豆腐(薄) バナナ	鶏おじや 米 ブロッコリー 鶏ささみ 人参	





回数	1回食 (午前)		2回食 (午後)	
月令	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃
形態 固さ	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)
14 土	おじや 豆腐のスープ(みそ風味) みかん すまし汁	おじや 豆腐のみそ汁 みかん 	魚おじや 	
(主な材料) 米 玉ねぎ キャベツ かぼちゃ 豆腐 人参 みかん		米 あおさ 白身魚 人参 キャベツ		
16 月	全がゆ(べたべた) ツナじゃが 大根スープ みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが 大根スープ みかん	納豆おじや	
(主な材料) 米 じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 大根 あおさ 絹ごし豆腐 みかん		米 ひきわり納豆 ほうれん草 人参		
17 火	芋入りおじや 魚と野菜のトマトスープ バナナ 人参ペースト すまし汁	芋入りおじや 魚と野菜のトマトスープ バナナ 手づかみ芋	ツナおじや	
(主な材料) 米 さつまいも 人参 白身魚 玉ねぎ レタス トマト缶 バナナ		米 人参 玉ねぎ ツナ缶 あおさ		
18 水	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のだし煮 ポテトスープ みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のだし煮 ポテトスープ みかん	 ツナおじや	
(主な材料) 米 豆腐 キャベツ 人参 じゃが芋 コーン缶 ほうれん草 みかん		米 じゃが芋 ほうれん草 ツナ缶		
19 木	全がゆ(べたべた) ブロッコリーのコーンあえ 豆腐と野菜のスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 ブロッコリーのコーンあえ 豆腐と野菜のスープ バナナ	魚おじや	
(主な材料) 米 ブロッコリー コーン缶 絹ごし豆腐 人参 玉ねぎ ほうれん草 バナナ		米 ブロッコリー 白身魚 人参		
20 金	おじや 豆腐と野菜のスープ いちご(つぶし) 人参ペースト	おじや 豆腐と野菜のスープ 星人参グラッセ(手づかみ) いちご	ツナおじや	
(主な材料) 米 人参 玉ねぎ ほうれん草 豆腐 白菜 ブロッコリー いちご		米 玉ねぎ ツナ缶 かぼちゃ		
21 土	おじや 豆腐と野菜のスープ みかん すまし汁	おじや 豆腐と野菜のみそ汁 みかん 	魚おじや	
(主な材料) 米 ほうれん草 人参 ツナ缶 豆腐 大根 あおさ みかん		米 白身魚 じゃが芋 人参		
23 月	全がゆ(べたべた) かぼちゃそぼろ煮風 白菜スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃそぼろ煮風 白菜スープ バナナ	魚おじや	
(主な材料) 米 かぼちゃ ささみ 玉ねぎ 白菜 人参 コーン缶 バナナ		米 人参 白身魚 じゃが芋 ブロッコリー		
24 火	菜がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 くたくたそうめん汁 みかん	菜がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 そうめん汁 みかん	鶏おじや	
(主な材料) 米 白菜 白身魚 ブロッコリー 人参 そうめん ほうれん草 みかん		米 ささみ 人参 玉ねぎ		
25 水	全がゆ(べたべた) 野菜のだし煮 ゆし豆腐(薄) みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 野菜のだし煮 ゆし豆腐(薄) みかん 手づかみかぼちゃ	鶏おじや	
(主な材料) 米 かぼちゃ 人参 ほうれん草 ゆし豆腐 あおさ みかん		米 じゃが芋 ささみ ほうれん草		
26 木	全がゆ(べたべた) 白身魚と野菜のだし煮 白菜スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚と野菜のだし煮 白菜スープ バナナ	鶏おじや	
(主な材料) 米 白身魚 玉ねぎ じゃが芋 人参 白菜 コーン缶 バナナ		米 ささみ じゃが芋 人参		
27 金	鶏おじや かぼちゃ煮 くたくたそうめん汁 みかん	鶏おじや かぼちゃ煮 手づかみかぼちゃ そうめん汁 みかん	コーンリゾット風	
(主な材料) 米 ささみ 玉ねぎ 人参 ブロッコリー かぼちゃ そうめん あおさ みかん		米 白身魚 ほうれん草 玉ねぎ コーン缶		
28 土	みそおじや 魚のスープ みかん すまし汁	みそおじや 魚のスープ みかん 	ツナおじや 	
(主な材料) 米 玉ねぎ ブロッコリー 白身魚 人参 コーン缶 みかん		米 じゃが芋 人参 ツナ缶		