

回数	1回食(午前)			2回食(午後)
段階	5~6か月頃	7~8か月頃	9~11か月頃	7~8か月頃/9~11か月頃
形態	なめらかにすりつぶした状態	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
固さ	ブレーンヨーグルト状(ごっくん)	絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	バナナ位(かみかみ)	歯ぐきでつぶせる固さ
1 火	10倍つぶしがゆ 豆腐と野菜ののろろ煮 大根ペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 豆腐と野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 豆腐と野菜ののろろ煮 大根スティック くだもの 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 ツナと野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ
2 水	10倍つぶしがゆ 白身魚ののろろ煮 ブロッコリーペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 鶏ささみと野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 鶏ささみと野菜ののろろ煮 ブロッコリー煮 くだもの 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 しらすと野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ
3 木	10倍つぶしがゆ 麩と野菜ののろろ煮 白菜ペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 麩と野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 麩と野菜ののろろ煮 白菜おひたし くだもの 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 高野豆腐と野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ
4 金	10倍つぶしがゆ 白身魚と野菜ののろろ煮 キャベツペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 白身魚と野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯きなこかけ) 白身魚と野菜ののろろ煮 キャベツおひたし くだもの 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 鶏ささみと野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ
5 土	10倍つぶしがゆ 麩と野菜ののろろ煮 にんじんペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 麩と野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 麩と野菜ののろろ煮 にんじんスティック くだもの 野菜スープ	/
7 月	パン粥 しらすと野菜ののろろ煮 じゃが芋ペースト 野菜スープ	パン粥 しらすと野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ	コロコロトースト しらすと野菜ののろろ煮 じゃが芋スティック くだもの 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 麩と野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ
8 火	10倍つぶしがゆ 白身魚と野菜ののろろ煮 ブロッコリーペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 白身魚と野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 白身魚と野菜ののろろ煮 ブロッコリー煮 くだもの 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 鶏ささみと野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ
9 水	10倍つぶしがゆ 豆腐と野菜ののろろ煮 にんじんペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 高野豆腐と野菜ののろろ煮 バナナヨーグルト 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 高野豆腐と野菜ののろろ煮 にんじんスティック バナナヨーグルト 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 白身魚と野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ
10 木	10倍つぶしがゆ 豆腐と野菜ののろろ煮 南瓜ペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 豆腐と野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 豆腐と野菜ののろろ煮 南瓜スティック くだもの 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 しらすと野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ
11 金	10倍つぶしがゆ 麩と野菜ののろろ煮 大根ペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ ツナと野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) ツナと野菜ののろろ煮 大根スティック くだもの 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 高野豆腐と野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ
12 土	10倍つぶしがゆ しらすと野菜ののろろ煮 さつま芋ペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ しらすと野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) しらすと野菜ののろろ煮 さつま芋スティック くだもの 野菜スープ	/
14 月	10倍つぶしがゆ 麩と野菜ののろろ煮 さつま芋ペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 麩と野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 麩と野菜ののろろ煮 さつま芋スティック くだもの 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 白身魚と野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ
15 火	10倍つぶしがゆ しらすと野菜ののろろ煮 チンゲン菜ペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ しらすと野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) しらすと野菜ののろろ煮 チンゲン菜おひたし くだもの 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 ツナと野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ
16 水	10倍つぶしがゆ 豆腐と野菜ののろろ煮 にんじんペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 豆腐と野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 豆腐と野菜ののろろ煮 にんじんスティック くだもの 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 しらすと野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ
17 木	10倍つぶしがゆ 麩と野菜ののろろ煮 じゃが芋ペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 麩と野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 麩と野菜ののろろ煮 コロコロポテト くだもの 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 高野豆腐と野菜ののろろ煮 くだもの 野菜スープ

18 金	10倍つぶしがゆ しらすと野菜のとろとろ煮 キャベツペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 鶏ささみと野菜のとろみ煮 くだもの 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 鶏ささみと野菜のとろみ煮 キャベツおひたし くだもの 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 ツナと野菜のとろみ煮 くだもの 野菜スープ
19 土	10倍つぶしがゆ しらすと野菜のとろとろ煮 小松菜ペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ しらすと野菜のとろみ煮 くだもの 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) しらすと野菜のとろみ煮 小松菜おひたし くだもの みそ汁	
21 月	10倍つぶしがゆ 麩と野菜のとろとろ煮 南瓜ペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 鶏ささみと野菜のとろみ煮 くだもの 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 鶏ささみと野菜のとろみ煮 南瓜スティック くだもの 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 ツナと野菜のとろみ煮 くだもの 野菜スープ
22 火	10倍つぶしがゆ 豆腐と野菜のとろとろ煮 にんじんペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 高野豆腐と野菜のとろみ煮 くだもの 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 高野豆腐と野菜のとろみ煮 にんじんスティック くだもの 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 白身魚と野菜のとろみ煮 くだもの 野菜スープ
23 水	10倍つぶしがゆ しらすと野菜のとろとろ煮 小松菜ペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 鮭と野菜のとろみ煮 くだもの 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 鮭と野菜のとろみ煮 小松菜おひたし くだもの 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 しらすと野菜のとろみ煮 くだもの 野菜スープ
24 木	10倍つぶしがゆ 麩と野菜のとろとろ煮 大根ペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 麩と野菜のとろみ煮 くだもの 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 麩と野菜のとろみ煮 にんじんスティック くだもの 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 鶏ささみと野菜のとろみ煮 くだもの 野菜スープ
25 金	10倍つぶしがゆ 豆腐と野菜のとろとろ煮 キャベツペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 高野豆腐と野菜のとろみ煮 くだもの 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 高野豆腐と野菜のとろみ煮 キャベツおひたし くだもの 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 しらすと野菜のとろみ煮 くだもの 野菜スープ

※ 離乳食の進め方等気になる事は担任の先生にお問い合わせください。