

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	プ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月	10倍つぶしがゆ 豆腐と野菜ののどろろ煮 大根のペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 豆腐と野菜ののどろろ煮 大根のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 豆腐と野菜ののどろろ煮 大根スティック 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 ツナと野菜ののどろろ煮 野菜スープ
2火	10倍つぶしがゆ 麩と野菜ののどろろ煮 じゃが芋のペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 麩と野菜ののどろろ煮 じゃが芋のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 麩と野菜ののどろろ煮 コロコロポテト 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 ササミと野菜ののどろろ煮 野菜スープ
3水	10倍つぶしがゆ 白身魚と野菜ののどろろ煮 人参のペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 白身魚と野菜ののどろろ煮 人参のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 白身魚と野菜ののどろろ煮 人参スティック 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 高野豆腐と野菜ののどろろ煮 野菜スープ
4木	10倍つぶしがゆ 白すと野菜ののどろろ煮 大根のペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 白すと野菜ののどろろ煮 大根のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 白すと野菜ののどろろ煮 大根スティック 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 ササミと野菜ののどろろ煮 野菜スープ
5金	10倍つぶしがゆ 麩と野菜ののどろろ煮 さつま芋のペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 麩と野菜ののどろろ煮 さつま芋のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 麩と野菜ののどろろ煮 さつま芋スティック 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 ツナと野菜ののどろろ煮 野菜スープ
8月	10倍つぶしがゆ 豆腐と野菜ののどろろ煮 じゃが芋のペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 豆腐と野菜ののどろろ煮 じゃが芋のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 豆腐と野菜ののどろろ煮 コロコロポテト 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 白すと野菜ののどろろ煮 野菜スープ
9火	10倍つぶしがゆ 白身魚と野菜ののどろろ煮 人参のペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 鮭と野菜ののどろろ煮 人参のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 鮭と野菜ののどろろ煮 人参スティック 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 高野豆腐と野菜ののどろろ煮 野菜スープ
10水	10倍つぶしがゆ 白すと野菜ののどろろ煮 大根のペースト 野菜スープ	うどんがゆ 白身魚と野菜ののどろろ煮 大根のやわらか煮 野菜スープ	うどんがゆ 白すと野菜ののどろろ煮 大根スティック 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 豆腐と野菜ののどろろ煮 野菜スープ
11木	10倍つぶしがゆ 麩と野菜ののどろろ煮 さつま芋のペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 麩と野菜ののどろろ煮 さつま芋のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 麩と野菜ののどろろ煮 さつま芋スティック 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 白すと野菜ののどろろ煮 野菜スープ
12金	10倍つぶしがゆ 豆腐と野菜ののどろろ煮 キャベツのおひたし 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 豆腐と野菜ののどろろ煮 キャベツのやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 豆腐と野菜ののどろろ煮 キャベツのおひたし 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 ササミと野菜ののどろろ煮 野菜スープ
15月	❖海の日			
16火	10倍つぶしがゆ 白すと野菜ののどろろ煮 人参のペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ ツナと野菜ののどろろ煮 人参のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) ツナと野菜ののどろろ煮 人参スティック 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 高野豆腐と野菜ののどろろ煮 野菜スープ
17水	10倍つぶしがゆ 麩と野菜ののどろろ煮 南瓜のペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 麩と野菜ののどろろ煮 南瓜のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 麩と野菜ののどろろ煮 コロコロ南瓜 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 白すと野菜ののどろろ煮 野菜スープ
18木	10倍つぶしがゆ 豆腐と野菜ののどろろ煮 かぶのペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 豆腐と野菜ののどろろ煮 かぶのやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 豆腐と野菜ののどろろ煮 かぶのロースト 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 ツナと野菜ののどろろ煮 野菜スープ
19金	10倍つぶしがゆ 白身魚と野菜ののどろろ煮 じゃが芋のペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 白身魚と野菜ののどろろ煮 じゃが芋のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 白身魚と野菜ののどろろ煮 コロコロポテト 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 ササミと野菜ののどろろ煮 野菜スープ

22 月	10倍つぶしがゆ 白すと野菜のとろとろ煮 キャベツのおひたし 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ ツナと野菜のとろみ煮 キャベツのやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) ツナと野菜のとろみ煮 キャベツのおひたし 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 豆腐と野菜のとろみ煮 野菜スープ
23 火	10倍つぶしがゆ 白身魚と野菜のとろとろ煮 大根のペースト 野菜スープ	パンがゆ 白身魚と野菜のとろみ煮 大根のやわらか煮 野菜スープ	コロコロ食パン 白身魚と野菜のとろみ煮 大根スティック 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 麩と野菜のとろみ煮 野菜スープ
24 水	10倍つぶしがゆ 白すと野菜のとろとろ煮 ほうれん草のペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 白すと野菜のとろみ煮 ほうれん草のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 白すと野菜のとろみ煮 ほうれん草のおひたし 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 ササミと野菜のとろみ煮 野菜スープ
25 木	10倍つぶしがゆ 麩と野菜のとろとろ煮 南瓜のペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 麩と野菜のとろみ煮 南瓜のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 麩と野菜のとろみ煮 コロコロ南瓜 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 野菜スープ
26 金	10倍つぶしがゆ 豆腐と野菜のとろとろ煮 じゃが芋のペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 豆腐と野菜のとろみ煮 じゃが芋のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 豆腐と野菜のとろみ煮 コロコロポテト 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 野菜スープ
29 月	10倍つぶしがゆ 白すと野菜のとろとろ煮 トマトのペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 白すと野菜のとろみ煮 トマトのやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 白すと野菜のとろみ煮 トマト煮 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 ササミと野菜のとろみ煮 野菜スープ
30 火	10倍つぶしがゆ 豆腐と野菜のとろとろ煮 キャベツのおひたし 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 豆腐と野菜のとろみ煮 キャベツのやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 豆腐と野菜のとろみ煮 キャベツのおひたし 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 麩と野菜のとろみ煮 野菜スープ
31 水	10倍つぶしがゆ 白身魚と野菜のとろとろ煮 じゃが芋のペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 白身魚と野菜のとろみ煮 じゃが芋のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 白身魚と野菜のとろみ煮 コロコロポテト 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 高野豆腐と野菜のとろみ煮 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。