

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 金	10倍つぶしがゆ 白身魚と野菜ののろろ煮 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 ササミと野菜ののろろ煮 野菜スープ
7 木	10倍つぶしがゆ 白身魚と野菜ののろろ煮 かぶのペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 白身魚と野菜ののろろ煮 かぶのやわらか煮 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 高野豆腐と野菜ののろろ煮 野菜スープ
8 金	10倍つぶしがゆ 麩と野菜ののろろ煮 人参のペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 麩と野菜ののろろ煮 人参のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 麩と野菜ののろろ煮 人参スティック 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 しらすと野菜ののろろ煮 野菜スープ
11 月	10倍つぶしがゆ しらすと野菜ののろろ煮 大根ペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ しらすと野菜ののろろ煮 大根のやわらか煮 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 ササミと野菜ののろろ煮 野菜スープ
12 火	10倍つぶしがゆ 豆腐と野菜ののろろ煮 人参のペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 豆腐と野菜ののろろ煮 人参のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 豆腐と野菜ののろろ煮 人参スティック 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 ツナと野菜ののろろ煮 野菜スープ
13 水	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 麩と野菜ののろろ煮 大根のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 麩と野菜ののろろ煮 大根スティック 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 高野豆腐と野菜ののろろ煮 野菜スープ
14 木	うどんがゆ 白身魚と野菜ののろろ煮 人参のペースト 野菜スープ	うどんがゆ 白身魚と野菜ののろろ煮 人参のやわらか煮 野菜スープ	うどんがゆ 白身魚と野菜ののろろ煮 人参スティック 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 ササミと野菜ののろろ煮 野菜スープ
15 金	10倍つぶしがゆ しらすと野菜ののろろ煮 トマトペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ しらすと野菜ののろろ煮 トマトのやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 白すと野菜ののろろ煮 トマトのロースト 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 野菜スープ
18 月	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 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 ツナと野菜ののろろ煮 野菜スープ
19 火	10倍つぶしがゆ 白身魚と野菜ののろろ煮 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 ササミと野菜ののろろ煮 野菜スープ
20 水	10倍つぶしがゆ しらすと野菜ののろろ煮 ブロッコリーペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ しらすと野菜ののろろ煮 ブロッコリーのやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 白すと野菜ののろろ煮 ブロッコリーのおひたし 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 野菜スープ
21 木	10倍つぶしがゆ 白身魚と野菜ののろろ煮 大根ペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 鮭と野菜ののろろ煮 大根のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 鮭と野菜ののろろ煮 大根スティック 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 ササミと野菜ののろろ煮 野菜スープ
22 金	10倍つぶしがゆ 麩と野菜ののろろ煮 人参のペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ 麩と野菜ののろろ煮 人参のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 麩と野菜ののろろ煮 人参スティック 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 ツナと野菜ののろろ煮 野菜スープ
25 月	10倍つぶしがゆ しらすと野菜ののろろ煮 じゃが芋のペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ しらすと野菜ののろろ煮 じゃが芋のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 白すと野菜ののろろ煮 コロコロポテト 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 豆腐と野菜ののろろ煮 野菜スープ

26 火	10倍つぶしがゆ 白身魚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 白身魚と野菜のとろみ煮 大根のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 白身魚と野菜のとろみ煮 大根スティック 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 ササミと野菜のとろみ煮 野菜スープ
27 水	10倍つぶしがゆ 麩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 麩と野菜のとろみ煮 じゃが芋のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 麩と野菜のとろみ煮 コロコロポテト 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 ツナと野菜のとろみ煮 野菜スープ
28 木	10倍つぶしがゆ しらすと野菜のとろとろ煮 人参のペースト 野菜スープ	7倍(5倍)がゆ しらすと野菜のとろみ煮 人参のやわらか煮 野菜スープ	5倍がゆ(軟飯) 白すと野菜のとろみ煮 人参スティック 野菜スープ	7倍がゆ/5倍がゆ/軟飯 高野豆腐と野菜のとろみ煮 野菜スープ
29 金	10倍つぶしがゆ 豆腐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 豆腐と野菜のとろみ煮 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 白身魚と野菜のとろみ煮 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。