



令和8年9月 離乳食予定献立表

日	曜	午前の食事					午後の食事			
月齢と調理形態		離乳初期（5～6か月頃） なめらかにすりつぶした状態 （ヨーグルトくらい）	離乳中期（7～8か月頃） 舌でつぶせるかたさ （豆腐くらい）	離乳後期（9～11か月頃） 歯ぐきでつぶせるかたさ （バナナくらい）	離乳完了期（12～18か月頃） 歯ぐきでかめるかたさ （肉だんごくらい）	おやつ ※完了期のみ	離乳初期	離乳中期	離乳後期	離乳完了期
1	火	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 豚肉と野菜の炒め煮 ブロッコリーのおえもの チーズ 果物	軟飯 カレー ブロッコリーのおえもの チーズ 果物	牛乳 お菓子	ミルク	ミルク	おじゃ	牛乳 お菓子
2	水	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 魚のくす煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 煮魚 じゃがいものソテー	軟飯 みそ汁 煮魚 じゃがいものソテー	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじゃ	牛乳 お菓子
3	木	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 わかめスープ 鶏そぼろ おひたし	軟飯 わかめスープ 鶏そぼろ おひたし	牛乳 お菓子	ミルク	ミルク	おじゃ	牛乳 お菓子
4	金	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	拌三絲 チーズ 果物	拌三絲 チーズ 果物	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじゃ	お茶 塩おにぎり
7	月	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくす煮 野菜の煮物	かた粥 春雨スープ 豚肉と夏野菜の炒め煮 果物	軟飯 春雨スープ 豚肉と夏野菜の炒め煮 果物	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじゃ	牛乳 スティック食パン
8	火	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくす煮 野菜の煮物	かた粥 豆腐の炒め煮 ひじきサラダ 焼きのり 果物	軟飯 豆腐の炒め煮 ひじきサラダ 焼きのり 果物	牛乳 お菓子	ミルク	ミルク	おじゃ	牛乳 お菓子
9	水	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 魚のくす煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 煮魚 すき昆布の炒り煮	軟飯 みそ汁 焼き魚 すき昆布の炒り煮	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじゃ	牛乳 お菓子
10	木	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	煮込みうどん 即席漬け 果物	味噌ラーメン 即席漬け 果物	牛乳 お菓子	ミルク	ミルク	おじゃ	お茶 わかめおにぎり
11	金	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくす煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 ひじき入りつくね焼き 青菜のおひたし	軟飯 みそ汁 ひじき入りつくね焼き 青菜のおひたし	牛乳 お菓子	ミルク	ミルク	おじゃ	ヨーグルト
14	月	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 魚のくす煮 野菜の煮物	かた粥 すまし汁 煮魚 コーン入りおひたし	軟飯 すまし汁 煮魚 コーン入りおひたし	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじゃ	お茶 お菓子
15	火	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 野菜スープ オムレツ きゅうり漬け	スティック食パン 野菜スープ オムレツ きゅうり漬け	牛乳 お菓子	ミルク	ミルク	おじゃ	お茶 夕焼けおにぎり

*献立内容を変更する場合があります。*保育施設では、赤ちゃんの年齢や発育状態にあわせて、調理形態や使用する食品の種類を変えています。

日	曜	午前の食事					午後の食事			
月齢と調理形態		離乳初期（5～6か月頃） なめらかにすりつぶした状態 （ヨーグルトくらい）	離乳中期（7～8か月頃） 舌でつぶせるかたさ （豆腐くらい）	離乳後期（9～11か月頃） 歯ぐきでつぶせるかたさ （バナナくらい）	離乳完了期（12～18か月頃） 歯ぐきでかめるかたさ （肉だんごくらい）	おやつ ※完了期のみ	離乳初期	離乳中期	離乳後期	離乳完了期
16	水	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 野菜のうま煮 マカロニサラダ 果物	軟飯 野菜のうま煮 マカロニサラダ 果物	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじゃ	お茶 お菓子
17	木	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 みそ汁 豚肉と大豆の煮物 果物	軟飯 みそ汁 豚肉と大豆の煮物 果物	牛乳 お菓子	ミルク	ミルク	おじゃ	牛乳 お菓子
18	金	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 ポークストロガノフ キャベツとツナのあえもの 果物	スティック食パン ポークストロガノフ キャベツとツナのあえもの 果物	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじゃ	お茶 紅鮭わかめおにぎり
24	木	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくす煮 野菜の煮物 刻み果物	かた粥 豚肉と野菜の炒め煮 華風あえ 果物	軟飯 カレー 華風あえ 果物	牛乳 お菓子	ミルク	ミルク	おじゃ	牛乳 お菓子
25	金	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 高野豆腐の卵とし 青菜のおかかあえ	軟飯 高野豆腐の卵とし 青菜のおかかあえ	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじゃ	牛乳 スティック食パン
28	月	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 魚のくす煮 野菜の煮物	かた粥 秋なすのみそ汁 煮魚 三色ひたし	軟飯 秋なすのみそ汁 煮魚 三色ひたし	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじゃ	お茶 ひじきおにぎり
29	火	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 肉じゃが 焼きのり 切干大根とツナのあえもの	軟飯 肉じゃが 焼きのり 切干大根とツナのあえもの ヨーグルト	牛乳 お菓子	ミルク	ミルク	おじゃ	牛乳 お菓子
30	水	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 かき卵コーンスープ 豚肉と野菜のみそ炒め煮 果物	軟飯 かき卵コーンスープ 豚肉と野菜のみそ炒め煮 果物	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじゃ	牛乳 お菓子

～ 保護者の方へ ～

離乳食を提供するにあたり、保育施設で初めて食べることがないように、ご家庭で食べた食品をお知らせいただいております。離乳初期（5～6か月頃）、離乳中期（7～8か月頃）、離乳後期（9～11か月頃）、離乳完了期（12～18か月頃）と、離乳の開始から離乳が完了するまでに、ご家庭の料理に離乳食で使用する食品を順次取り入れていただき、いろいろな食品を保育施設で提供できるようにご協力をお願いいたします。



新潟市食育・花博推進キャラクター
まいかちゃん