



令和8年10月 離乳食予定献立表

日	曜	午前の食事					午後の食事			
		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	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 鶏肉と野菜の煮物 納豆あえ 果物	軟飯 みそ汁 鶏肉と野菜の煮物 納豆あえ 果物	牛乳 お菓子	ミルク	ミルク	おじや	牛乳 スティック食パン
2	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 クリームシチュー ひじきサラダ 果物	スティック食パン クリームシチュー ひじきサラダ 果物	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじや	お茶 塩おにぎり
5	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 青菜の磯香あえ 果物	軟飯 すまし汁 焼き魚 青菜の磯香あえ 果物	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじや	お茶 お菓子
6	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 大豆入りミートソース ブロッコリーサラダ チーズ 果物	軟飯 大豆入りミートソース ブロッコリーサラダ チーズ 果物	牛乳 お菓子	ミルク	ミルク	おじや	牛乳 お菓子
7	水	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 豆腐だんご 即席漬け	軟飯 みそ汁 豆腐だんご 即席漬け	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじや	牛乳 お菓子
8	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 白菜のスープ ほうれん草のオムレツ かぶ漬け	スティック食パン 白菜のスープ ほうれん草のキッシュ かぶ漬け	牛乳 お菓子	ミルク	ミルク	おじや	お茶 紅鮭わかめおにぎり
9	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 豚肉と野菜の炒め煮 小松菜のふりかけ	軟飯 みそ汁 豚肉と野菜の炒め煮 小松菜のふりかけ	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじや	牛乳 お菓子
13	火	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 のっぺい汁 煮魚 おひたし	軟飯 のっぺい汁 煮魚 おひたし	牛乳 お菓子	ミルク	ミルク	おじや	お茶 肉みそおにぎり
14	水	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 チンゲン菜とわかめのスープ ビビンバ 果物	軟飯 チンゲン菜とわかめのスープ ビビンバ 果物	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじや	牛乳 お菓子
15	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 麻婆豆腐 華風あえ 果物	軟飯 麻婆豆腐 華風あえ 果物	牛乳 お菓子	ミルク	ミルク	おじや	牛乳 お菓子
16	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 さつまいものおやき きゅうり漬け 焼きのり	軟飯 みそ汁 さつまいもコロック きゅうり漬け 焼きのり	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじや	お茶 お菓子

*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
19	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 いもの子汁 つくね焼き キャベツのおひたし	軟飯 いもの子汁 つくね焼き キャベツのおひたし	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじや	牛乳 お菓子
20	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 ミートソース 果物	ミートソーススパゲッティ 野菜スープ 果物	牛乳 お菓子	ミルク	ミルク	おじや	お茶 塩おにぎり
21	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 豚肉と野菜の卵とじ 青菜のあえもの 果物	軟飯 豚肉と野菜の卵とじ 青菜のあえもの 果物	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじや	お茶 お菓子
22	木	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 刻み果物	かた粥 みそ汁 煮魚 ひじきの炒り煮 果物	軟飯 みそ汁 煮魚 ひじきの炒り煮 果物	牛乳 お菓子	ミルク	ミルク	おじや	牛乳 お菓子
23	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 野菜のおやき 青菜のおかかあえ 焼きのり	軟飯 みそ汁 野菜のおやき 青菜のおかかあえ 焼きのり	牛乳 お菓子	ミルク	ミルク	おじや	ヨーグルト
26	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 みそ汁 煮魚 三色ひたし	軟飯 みそ汁 煮魚 三色ひたし	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじや	牛乳 お菓子
27	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 肉だんごのスープ煮 さつまいもの甘煮 焼きのり 果物	軟飯 肉だんごのスープ煮 さつまいもの甘煮 焼きのり 果物	牛乳 お菓子	ミルク	ミルク	おじや	牛乳 スティック食パン
28	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	肉野菜うどん 昆布豆 果物	チャンボン麺 昆布豆 ヨーグルト	牛乳 お菓子	ミルク	ミルク	おじや	お茶 さつまいもおにぎり
29	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 豚肉と野菜の炒め煮 ツナサラダ チーズ 果物	軟飯 カレー ツナサラダ チーズ 果物	牛乳 お菓子	ミルク	ミルク	おじや	牛乳 お菓子
30	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 親子煮 おひたし 果物	軟飯 親子煮 おひたし 果物	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじや	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



新緑市食育・花南郷道キャラクター
まいかちゃん