



離乳食献立予定表



日	曜	午前のおやつ				午前の食事				午後の食事			
		生後5~6か月頃	生後7~8か月頃	生後9~11か月頃	生後12~18か月頃	生後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)	生後7~8か月頃 舌でつぶせる固さ (豆腐くらい)	生後9~11か月頃 歯ぐきでつぶせる固さ (バナナくらい)	生後12~18か月頃 歯ぐきでかめる固さ (肉だんごくらい)	生後5~6か月頃	生後7~8か月頃	生後9~11か月頃	生後12~18か月頃
1	水	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜のペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物 煮りんご	かた粥 麻婆豆腐 華風あえ 煮りんご	軟飯 麻婆豆腐 華風あえ りんご	ミルク	ミルク	ミルク	牛乳(ミルク) 乳児用お菓子
2	木	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	みどり粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜のペースト	みどり粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 煮魚 マカロニサラダ	軟飯 みそ汁 焼魚 マカロニサラダ	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 そぼろおにぎり
3	金	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	みどり粥 野菜スープ 野菜のペースト	みどり粥 野菜スープ 野菜の煮物	かた粥 肉じゃが 和風サラダ 煮りんご	軟飯 肉じゃが 和風サラダ りんご	ミルク	ミルク	ミルク	牛乳(ミルク) 乳児用お菓子
4	土	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 野菜のペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物	かた粥 豚汁 豚肉と野菜の炒め煮	軟飯 野菜汁 豚肉と野菜の炒め煮	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 乳児用お菓子
6	月	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 野菜のペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物 煮りんご	かた粥 豚肉と野菜の炒め煮 煮りんご	軟飯 カレー りんご	ミルク	ミルク	ミルク	牛乳(ミルク) 乳児用お菓子
7	火	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	みどり粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜のペースト	みどり粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 野菜スープ 煮魚 ブロッコリーサラダ 煮りんご	軟飯 野菜スープ 魚のオープン焼き ブロッコリーサラダ りんご	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 乳児用お菓子
8	水	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	みどり粥 野菜スープ 野菜のペースト	みどり粥 野菜スープ 野菜の煮物	かた粥 チンゲン菜とわかめのスープ ピピンバ 煮りんご	軟飯 チンゲン菜とわかめのスープ ピピンバ りんご	ミルク	ミルク	ミルク	メグミルクCa鉄牛乳 (耳なし)
9	木	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 野菜のペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 つくね焼き ほうれん草のおかかあえ	軟飯 みそ汁 つくね焼き ほうれん草のおかかあえ	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 鮭おにぎり
10	金	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 野菜のペースト	のり粥 野菜スープ 野菜の煮物	かた粥 クリームシチュー ひじきサラダ 焼のり	軟飯 クリームシチュー ひじきサラダ 焼のり	ミルク	ミルク	ミルク	牛乳(ミルク) 乳児用お菓子
11	土	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜のペースト	お粥 野菜スープ 豆腐煮 野菜の煮物	かた粥 麻婆豆腐 キャベツの浅漬	軟飯 麻婆豆腐 キャベツの浅漬	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 乳児用お菓子
13	月	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜のペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 わかめスープ 豆腐ハンバーグ カラフルサラダ 煮りんご	軟飯 わかめスープ 豆腐ハンバーグ カラフルサラダ りんご	ミルク	ミルク	ミルク	牛乳(ミルク) 乳児用お菓子
14	火	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜のペースト	お粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 煮魚 ひじきの炒り煮	軟飯 みそ汁 煮魚 ひじきの炒り煮	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 無糖ヨーグルト

* 保育施設では赤ちゃんの年齢や発育状態に合わせて、調理形態や使用する食品の種類を変えています。

* 保育施設で実際に食べた離乳食の内容は、連絡帳に記入してお知らせします。

日	曜	午前のおやつ				午前の食事				午後の食事			
		月齢	生後5~6か月頃	生後7~8か月頃	生後9~11か月頃	生後12~18か月頃	生後5~6か月頃	生後7~8か月頃	生後9~11か月頃	生後12~18か月頃	生後5~6か月頃	生後7~8か月頃	生後9~11か月頃
15	水	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜のペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物 煮りんご	かた粥 豆腐の炒め煮 コーン入りおひたし 煮りんご	軟飯 豆腐の炒め煮 コーン入りおひたし りんご	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 おかがおにぎり
16	木	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 野菜のペースト	のり粥 野菜スープ 野菜の煮物	かた粥 親子煮 野菜とツナの和え物 焼のり	軟飯 親子煮 野菜とツナの和え物 焼のり	ミルク	ミルク	ミルク	メグミルクCa鉄牛乳 乳児用お菓子
17	金	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 野菜のペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 つくね焼き 昆布豆 煮りんご	軟飯 みそ汁 つくね焼き 昆布豆 りんご	ミルク	ミルク	ミルク	牛乳(ミルク) 乳児用お菓子
18	土	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 野菜のペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物	かた粥 わかめスープ 豚肉と野菜の炒め煮	軟飯 わかめスープ 豚肉と野菜の炒め煮	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 乳児用お菓子
20	月	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 野菜のペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物 煮りんご	かた粥 ミートソース キャベツとツナの和風サラダ 煮りんご	軟飯 ミートソース キャベツとツナの和風サラダ りんご	ミルク	ミルク	ミルク	牛乳(ミルク) 乳児用お菓子
21	火	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	みどり粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜のペースト	みどり粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 かき卵汁 煮魚 おひたし	軟飯 かき卵汁 煮魚 おひたし	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 ツナ昆布おにぎり
22	水	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 野菜のペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物	食パン(耳なし) ポトフ わかめサラダ	食パン(耳なし) ポトフ わかめサラダ	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 乳児用お菓子
23	木	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜のペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 野菜汁 肉そぼろ 即席漬け	軟飯 野菜汁 肉そぼろ 即席漬け	ミルク	ミルク	ミルク	メグミルクCa鉄牛乳 食パン (耳なし)
24	金	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	みどり粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜のペースト	みどり粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 つくね焼き 三色ひたし	軟飯 みそ汁 つくね焼き 三色ひたし	ミルク	ミルク	ミルク	牛乳(ミルク) 乳児用お菓子
25	土	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 野菜のペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物	かた粥 肉じゃが キャベツとツナのサラダ	軟飯 カレー キャベツとツナのサラダ	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 乳児用お菓子
27	月	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	みどり粥 野菜スープ 野菜のペースト	みどり粥 野菜スープ 野菜の煮物	チャンポン麺 つくね焼き	チャンポン麺 つくね焼き	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 無糖ヨーグルト
28	火	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜のペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 豆腐だんご ブロッコリーのおかかあえ	軟飯 みそ汁 豆腐だんご ブロッコリーのおかかあえ	ミルク	ミルク	ミルク	牛乳(ミルク) 乳児用お菓子
30	木	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 野菜のペースト りんごのペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物 煮りんご	かた粥 春野菜の煮物 大豆入り肉そぼろ 煮りんご	軟飯 春野菜の煮物 大豆入り肉そぼろ りんご	ミルク	ミルク	ミルク	メグミルクCa鉄牛乳 食パン (耳なし)

保護者の皆様へ

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。
生後5~6か月頃、生後7~8か月頃、生後9~11か月頃、生後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、色々な食品を保育施設で提供できるようご協力をお願いいたします。



新潟市食育・花育推進キャラクター
まいかちゃん

