

令和2年度



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	月	ミルク	お茶 お子様 せんべい	無糖 ヨーグルト	無糖 ヨーグルト	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 豆腐煮 野菜の煮物	かた粥 炒り豆腐 和風サラダ メロン	軟飯 炒り豆腐 和風サラダ メロン	ミルク	ミルク	ミルク	牛乳 乳児用お菓子
2	火	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	牛乳 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 豚汁 煮魚 ひじきの炒り煮 焼きのり	軟飯 豚汁 焼き魚 ひじきの炒り煮 焼きのり	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 おかわおにぎり
3	水	ミルク	お茶 お子様 せんべい	無糖 ヨーグルト	無糖 ヨーグルト	つぶし粥 野菜スープ 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物 スイカ	かた粥 親子煮 もやしとツナのサラダ スイカ	軟飯 親子煮 もやしとツナのサラダ スイカ	ミルク	ミルク	ミルク	牛乳 乳児用お菓子
4	木	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	牛乳 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物 スイカ	かた粥 みそ汁 つくね焼き 即席漬け	軟飯 みそ汁 つくね焼き 即席漬け	ミルク	ミルク	ミルク	牛乳 乳児用お菓子
5	金	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	牛乳 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 野菜ペースト	お粥 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 ビビンバ りんご	軟飯 チンゲン菜とわかめのスープ ビビンバ りんご	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 無糖ヨーグルト
6	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 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物	かた粥 肉じゃが コーンサラダ	軟飯 カレー コーンサラダ	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 乳児用お菓子
8	月	ミルク	お茶 お子様 せんべい	無糖 ヨーグルト	無糖 ヨーグルト	つぶし粥 野菜スープ 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物	かた粥 肉じゃが 切干大根とツナの和え物 メロン	軟飯 肉じゃが 切干大根とツナの和え物 メロン	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 そぼろおにぎり
9	火	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	牛乳 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 おひたし	軟飯 みそ汁 煮魚 おひたし	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 乳児用お菓子
10	水	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	牛乳 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物	かた粥 かき卵野菜スープ つくね焼き ポテトサラダ	軟飯 かき卵野菜スープ つくね焼き ポテトサラダ	ミルク	ミルク	ミルク	牛乳 乳児用お菓子
11	木	ミルク	お茶 お子様 せんべい	無糖 ヨーグルト	無糖 ヨーグルト	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 乳児用お菓子
12	金	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	牛乳 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物 スイカ	かた粥 豚肉と野菜の炒め煮 コールスローサラダ スイカ	軟飯 カレー コールスローサラダ スイカ	ミルク	ミルク	ミルク	牛乳 乳児用お菓子

\* 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
13	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 わかめスープ	軟飯 麻婆豆腐 わかめスープ	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 乳児用お菓子
15	月	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	牛乳 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物 煮りんご	かた粥 豚肉と野菜のみそ炒め煮 おひたし りんご	軟飯 豚肉と野菜のみそ炒め煮 おひたし りんご	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 無糖ヨーグルト
16	火	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	牛乳 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 野菜ペースト トマトペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物 刻みトマト	かた粥 かき卵汁 トマト 冷しゃぶと野菜の盛り合わせ 焼きのり	軟飯 かき卵汁 トマト 冷しゃぶと野菜の盛り合わせ 焼きのり	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 鮭おにぎり
17	水	ミルク	お茶 お子様 せんべい	無糖 ヨーグルト	無糖 ヨーグルト	つぶし粥 野菜スープ 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物	かた粥 わかめスープ 煮込みハンバーグ キャベツのおかか和え メロン	軟飯 わかめスープ 煮込みハンバーグ キャベツのおかか和え メロン	ミルク	ミルク	ミルク	牛乳 乳児用お菓子
18	木	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	牛乳 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 三色ひたし スイカ	軟飯 麻婆豆腐 三色ひたし スイカ	ミルク	ミルク	ミルク	牛乳 乳児用お菓子
19	金	ミルク	お茶 お子様 せんべい	無糖 ヨーグルト	無糖 ヨーグルト	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 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 春雨スープ 魚と野菜の煮物 メロン	軟飯 春雨スープ 魚と野菜の煮物 メロン	ミルク	ミルク	ミルク	メグミルクCa鉄牛乳 食パン
20	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 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物	かた粥 野菜汁 豚肉と野菜の煮物	軟飯 野菜汁 豚肉と野菜の煮物	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 乳児用お菓子
22	月	ミルク	お茶 お子様 せんべい	無糖 ヨーグルト	無糖 ヨーグルト	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 豆腐煮 野菜の煮物	かた粥 豆腐の炒め煮 春雨サラダ りんご	軟飯 豆腐の炒め煮 春雨サラダ りんご	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 天かすおにぎり
23	火	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	牛乳 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 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 ほうれん草のおかか和え	軟飯 野菜スープ 魚のオープン焼き ほうれん草のおかか和え	ミルク	ミルク	ミルク	牛乳 乳児用お菓子
24	水	ミルク	お茶 お子様 せんべい	無糖 ヨーグルト	無糖 ヨーグルト	つぶし粥 野菜スープ 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物 煮りんご	かた粥 みそ汁 ブロccoliーとツナのサラダ りんご	軟飯 みそ汁 ブロccoliーとツナのサラダ りんご	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 乳児用お菓子
25	木	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	牛乳 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 つくね焼き きゅうり漬け	軟飯 みそ汁 つくね焼き きゅうり漬け	ミルク	ミルク	ミルク	メグミルクCa鉄牛乳 食パン
26	金	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	牛乳 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 じゃがいもとなすのそぼろ煮 スイカ	軟飯 みそ汁 じゃがいもとなすのそぼろ煮 スイカ	ミルク	ミルク	ミルク	メグミルクCa鉄牛乳 食パン
27	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 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物	かた粥 豚肉と野菜の炒め煮 春雨サラダ	軟飯 豚肉と野菜の炒め煮 春雨サラダ	ミルク	ミルク	ミルク	お茶 乳児用お菓子
29	月	ミルク	お茶 お子様 せんべい	無糖 ヨーグルト	無糖 ヨーグルト	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 豆腐煮 野菜の煮物	かた粥 みそかき卵汁 豚肉と野菜の炒め煮 カラフルサラダ	軟飯 みそかき卵汁 豚肉と野菜の炒め煮 カラフルサラダ	ミルク	ミルク	ミルク	牛乳 乳児用お菓子
30	火	ミルク	お茶 お子様 せんべい	お茶 お子様 せんべい	牛乳 お子様 せんべい	つぶし粥 野菜スープ 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物	かた粥 野菜汁 肉そぼろ 小松菜の磯香あえ	軟飯 ワンタン汁 肉そぼろ 小松菜の磯香あえ	ミルク	ミルク	ミルク	メグミルクCa鉄牛乳 食パン

～保護者の皆様へ～

離乳食を提供するにあたり、保育園等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、7～8か月頃、9～11か月頃、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、色々な食品を保育園等で提供できるようご協力をお願いいたします。



新乳母産婦・花嫁産婦キャラクター  
まいかちゃん