

令和7年8月 こども園の離乳食献立表

発行：加茂市こども未来課

日	曜	離乳完了期（生後12～18か月頃）			離乳後期（生後9～11か月頃）		離乳中期 （生後7～8か月頃）	離乳初期 （生後5～6か月頃）
		午前	お昼	午後	午前	午後	午前	午前
1	金	ヨーグルト	ごはん たらのたつた揚げ なすのみそ汁 ほうれん草ともやしのひたし	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 白身魚のくずあん煮 なすのみそ汁	麩と野菜の おじや ヨーグルト	おかゆ 白身魚のくずあん煮 なすのみそ汁	つぶしがゆ ほうれん草の煮つぶし 麩の煮つぶし
4	月	牛乳	ごはん 鶏肉の照焼 すいか ラタトゥユ	ヨーグルト 乳児用おかし	硬かゆ 麩の旨煮 野菜スープ	鶏肉と野菜の おじや チーズ	おかゆ 麩の旨煮 野菜スープ	つぶしがゆ トマトの煮つぶし 麩の煮つぶし
5	火	牛乳	ごはん さけのごまみそ焼き きゅうりの華風あえ 沢煮椀	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 白身魚のとろとろ煮 じゃがいものみそ汁	麩と野菜の みそおじや チーズ	おかゆ 白身魚のとろとろ煮 じゃがいものみそ汁	つぶしがゆ にんじんの煮つぶし 麩の煮つぶし
6	水	ヨーグルト	半つぶし大豆と鶏肉の煮込み ひじきサラダ メロンコンポート	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 豆腐のあんかけ 野菜のみそ汁	鶏肉と野菜の おじや メロンコンポート	おかゆ 豆腐のあんかけ 野菜のみそ汁	つぶしがゆ キャバツの煮つぶし 豆腐の煮つぶし
7	木	牛乳	ごはん 焼肉 はるさめスープ デラウェアコンポート	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 麩のうま煮 野菜スープ	鶏肉と野菜の みそおじや チーズ	おかゆ 麩のうま煮 野菜スープ	つぶしがゆ じゃがいもの煮つぶし 麩の煮つぶし
8	金	牛乳	ナン そぼろ煮 野菜スープ フレンチサラダ ゼリー	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ そぼろ煮 野菜スープ	豚肉と野菜の おじや チーズ	おかゆ そぼろ煮 野菜スープ	つぶしがゆ たまねぎの煮つぶし 麩の煮つぶし
12	火	ヨーグルト	ごはん さけのみそ焼 すき昆布の炒め煮 キャバツのみそ汁	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 白身魚のくずあん煮 野菜のみそ汁	煮そうめん ヨーグルト	おかゆ 白身魚のくずあん煮 野菜のみそ汁	つぶしがゆ キャバツの煮つぶし 麩の煮つぶし
18	月	牛乳	ごはん さけの照焼 わかめ汁 切り干し大根サラダ	牛乳 ミルクステック	硬かゆ 豆腐のとろとろ煮 野菜のみそ汁	麩と野菜の みそおじや チーズ	おかゆ 豆腐のとろとろ煮 野菜のみそ汁	つぶしがゆ にんじんの煮つぶし 豆腐の煮つぶし
19	火	牛乳	ごはん 厚揚げの中華風煮 青のりポテト すいかコンポート	ヨーグルト 乳児用おかし	硬かゆ 豆腐のあんかけ 野菜のみそ汁	豚肉と野菜の おじや ヨーグルト	おかゆ 豆腐のあんかけ 野菜のみそ汁	つぶしがゆ こまつなの煮つぶし 豆腐の煮つぶし
20	水	牛乳	ごはん 親子煮 みそドレッシングサラダ	ヨーグルト 乳児用おかし	硬かゆ 麩のやわらか煮 野菜のみそ汁	鶏肉と野菜の おじや ヨーグルト	おかゆ 麩のやわらか煮 野菜のみそ汁	つぶしがゆ にんじんの煮つぶし 麩の煮つぶし
21	木	牛乳	ごはん ハッシュドポーク コールスローサラダ	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 麩のうま煮 野菜スープ	豚肉と野菜の みそおじや チーズ	おかゆ 麩のうま煮 野菜スープ	つぶしがゆ じゃがいもの煮つぶし 麩の煮つぶし
22	金	ヨーグルト	ごはん かぼちゃのみそ汁 和風ハンバーグ ブロッコリーごま正油	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 豆腐のくずあん煮 野菜のみそ汁	煮そうめん ヨーグルト	おかゆ 豆腐のくずあん煮 野菜のみそ汁	つぶしがゆ かぼちゃの煮つぶし 豆腐の煮つぶし
25	月	牛乳	ごはん じゃがいものみそ汁 カレイの煮付 トマトの甘酢ドレッシングサラダ	ヨーグルト 乳児用おかし	硬かゆ 白身魚のとろとろ煮 じゃがいものみそ汁	麩と野菜の おじや ヨーグルト	おかゆ 白身魚のとろとろ煮 じゃがいものみそ汁	つぶしがゆ じゃがいもの煮つぶし 麩の煮つぶし
26	火	牛乳	ごはん 麻婆豆腐 かぼちゃのごま衣揚げ	ヨーグルト 乳児用おかし	硬かゆ 麻婆豆腐 野菜のみそ汁	豚肉と野菜の おじや ヨーグルト	おかゆ 麻婆豆腐 野菜のみそ汁	つぶしがゆ かぼちゃの煮つぶし 豆腐の煮つぶし
27	水	ヨーグルト	ごはん 肉じゃが パインサラダ 野菜スープ チーズ	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 肉じゃが 野菜スープ	麩と野菜の おじや ヨーグルト	おかゆ 肉じゃが 野菜スープ	つぶしがゆ じゃがいもの煮つぶし 麩の煮つぶし
28	木	ヨーグルト	ごはん さけのフライ ブロッコリーのごまあえ 高野豆腐のスープ	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 白身魚のくずあん煮 野菜スープ	鶏肉と野菜の おじや ヨーグルト	おかゆ 白身魚のくずあん煮 野菜スープ	つぶしがゆ にんじんの煮つぶし 麩の煮つぶし
29	金	牛乳	ごはん フライドポテト 半つぶしポークビーンズ きゅうりともやしのひたし	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 豆腐のくずあん煮 野菜のみそ汁	トマトスパゲッ ティ チーズ	おかゆ 豆腐のくずあん煮 野菜のみそ汁	つぶしがゆ じゃがいもの煮つぶし 豆腐の煮つぶし

☆ お子さんの様子を見ながら使う食品・離乳食の形態を調整します。

☆ 離乳食初期の献立は6ヶ月頃を目安にしたものです。離乳食開始直後は「おかゆ」のみ、慣れたら「おかゆ+野菜」、その後「おかゆ+野菜+麩・豆腐」の順に進めます。



☆ くだものは、すいか、メロン、ばどう等を予定しています。