

令和7年9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	月	ヨーグルト	ごはん 厚焼卵 キャベツのスープ ブロッコリーのマリネ	カルピスポンチ	硬かゆ 豆腐ののり煮 野菜スープ	鶏肉と野菜の おじや ヨーグルト	おかゆ 豆腐ののり煮 野菜スープ	つぶしがゆ キャベツの煮つぶし 麩の煮つぶし
2	火	牛乳	ごはん たらこの蒲焼 すき昆布のサラダ じゃがいものみそ汁	ヨーグルト 乳児用おかし	硬かゆ 白身魚のくすあん煮 野菜のみそ汁	煮そうめん ヨーグルト	おかゆ 白身魚のくすあん煮 野菜のみそ汁	つぶしがゆ じゃがいもの煮つぶし 麩の煮つぶし
3	水	牛乳	ごはん 親子煮 なしコンポート ごまドレッシングサラダ	牛乳 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 なしコンポート	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
4	木	牛乳	ごはん 豆腐の中華炒め ゼリー かぼちゃのてんぷら	ヨーグルト 乳児用おかし	硬かゆ 豆腐の中華風煮 野菜のみそ汁	鶏肉と野菜の おじや ヨーグルト	おかゆ 豆腐の中華風煮 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
5	金	牛乳	ごはん 煮込みハンバーグ ブロッコリーのおかかあえ 和風コンスープ	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 麩の煮付 野菜のみそ汁	豚肉と野菜の おじや チーズ	おかゆ 麩の煮付 野菜のみそ汁	つぶしがゆ ブロッコリーの煮つぶし 豆腐の煮つぶし
8	月	バナナ	ごはん さけの照焼 もやしのナムル かぼちゃのみそ汁	ヨーグルト 乳児用おかし	硬かゆ 白身魚のあんかけ かぼちゃのみそ汁	麩と野菜の おじや ヨーグルト	おかゆ 白身魚のあんかけ かぼちゃのみそ汁	つぶしがゆ かぼちゃの煮つぶし 麩の煮つぶし
9	火	牛乳	バターロール ジャム＆マーガリン ささみカツたれからめ ベーコンスープ ブロッコリーごま正油 ゼリー	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 麩の旨煮 野菜のみそ汁	麩と野菜の みそおじや チーズ	おかゆ 麩の旨煮 野菜のみそ汁	つぶしがゆ キャベツの煮つぶし 麩の煮つぶし
10	水	牛乳	ごはん 焼肉 なしコンポート わかめスープ	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 豆腐ののり煮 野菜スープ	豚肉と野菜の おじや なしコンポート	おかゆ 豆腐ののり煮 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
11	木	牛乳	ごはん きゅうりの華風あえ 鶏肉のBBQソース 高野豆腐のスープ	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	煮そうめん 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
12	金	牛乳	ごはん 厚揚げの中華風煮 じゃがいもの揚げ煮	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 豆腐の中華風煮 野菜のみそ汁	豚肉と野菜の おじや チーズ	おかゆ 豆腐の中華風煮 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
16	火	ヨーグルト	ごはん たらこのたつた揚げ バインサラダ なすのみそ汁	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 白身魚ののり煮 なすのみそ汁	煮そうめん ヨーグルト	おかゆ 白身魚ののり煮 なすのみそ汁	つぶしがゆ キャベツの煮つぶし 麩の煮つぶし
17	水	ヨーグルト	ごはん 豚肉のサイコロ炒め 切干し大根サラダ キウイ	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 麩の旨煮 野菜のみそ汁	ツナと野菜の おじや ヨーグルト	おかゆ 麩の旨煮 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
18	木	牛乳	ごはん 肉じゃが みかんサラダ	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 チーズ	おかゆ 肉じゃが 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
19	金	牛乳	ごはん さけのみそ焼 沢煮椀 トマトときゅうりのサラダ	ジュース 乳児用おかし	硬かゆ 白身魚のくすあん煮 野菜スープ	豚肉と野菜の おじや チーズ	おかゆ 白身魚のくすあん煮 野菜スープ	つぶしがゆ だいこんの煮つぶし 麩の煮つぶし
22	木	牛乳	ごはん カレーの煮付 さつま汁 ほうれん草のひたし	ヨーグルト 乳児用おかし	硬かゆ 白身魚のあんかけ さつま汁	鶏肉と野菜の おじや ヨーグルト	おかゆ 白身魚のあんかけ さつま汁	つぶしがゆ さつまいもの煮つぶし 豆腐の煮つぶし
24	水	牛乳	ごはん にんじんのごまサラダ 半つぶし大豆と鶏肉の煮込み りんごコンポート	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 豆腐のくすあん煮 野菜スープ	鶏肉と野菜の おじや チーズ	おかゆ 豆腐のくすあん煮 野菜スープ	つぶしがゆ にんじんの煮つぶし 豆腐の煮つぶし
25	木	ヨーグルト	ごはん 麻婆豆腐 なしコンポート さつまいものてんぷら	ミルクココア 乳児用おかし	硬かゆ 麻婆豆腐 野菜スープ	豚肉と野菜の おじや ヨーグルト	おかゆ 麻婆豆腐 野菜スープ	つぶしがゆ さつまいもの煮つぶし 豆腐の煮つぶし
26	金	牛乳	ごはん 魚のみそマヨ焼 わかめ汁 キャベツのマリネ	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 白身魚のくすあん煮 野菜のみそ汁	おじや 野菜スープ	おかゆ 白身魚のくすあん煮 野菜のみそ汁	つぶしがゆ キャベツの煮つぶし 豆腐の煮つぶし
29	月	ヨーグルト	ごはん 鶏肉のたつた揚げ みそドレッシングサラダ りんごコンポート	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 麩の旨煮 野菜のみそ汁	煮そうめん りんごコンポート	おかゆ 麩の旨煮 野菜のみそ汁	つぶしがゆ キャベツの煮つぶし 麩の煮つぶし
30	火	牛乳	ごはん フライドポテト 半つぶしポークビーンズ キャベツのひたし	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 豆腐ののり煮 野菜のみそ汁	豚肉と野菜の おじや チーズ	おかゆ 豆腐ののり煮 野菜のみそ汁	つぶしがゆ キャベツの煮つぶし 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、なし、りんご、バナナ等を予定しています。

