

令和8年4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
6	月	牛乳	チーズサンド ベイクドポテト 煮込みハンバーグ キャベツのスープ ブロッコリーごま正油 ゼリー	牛乳 乳児用おかし	軟飯 麩のうま煮 野菜スープ	ミートスパゲティ チーズ	おかゆ 麩のうま煮 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
7	火	牛乳	ごはん 麻婆豆腐 オレンジコンポート さつまいものてんぷら	ヨーグルト 乳児用おかし	軟飯 豆腐のくすあん煮 さつまいも汁	豚肉と野菜のおじや オレンジコンポート	おかゆ 豆腐のくすあん煮 さつまいも汁	つぶしがゆ さつまいもの煮つぶし 豆腐の煮つぶし
8	水	ヨーグルト	ごはん カレイの煮付け 切干大根サラダ キャベツのみそ汁	牛乳 乳児用おかし	軟飯 白身魚のとろとろ煮 野菜のみそ汁	ツナと野菜のみそ おじや ヨーグルト	おかゆ 白身魚のとろとろ煮 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
9	木	牛乳	ごはん ポテトオムレツ かぶのスープ ブロッコリーのマリネ	ミルク 乳児用おかし	軟飯 麩のうま煮 野菜スープ	煮そうめん チーズ	おかゆ 麩の旨煮 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
10	金	ヨーグルト	ごはん たらのたつた揚げ はるさめスープ ほうれん草ともやしひたし	牛乳 乳児用おかし	軟飯 白身魚のくすあん煮 野菜スープ	鶏肉と野菜のおじや ヨーグルト	おかゆ 白身魚のくすあん煮 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
13	月	牛乳	ごはん フライドポテト 半つぶしポークビーンズ キャベツのマリネ	ミルクココア 乳児用おかし	軟飯 豆腐のくすあん煮 キャベツのスープ	豚肉と野菜のおじや チーズ	おかゆ 豆腐のくすあん煮 キャベツのスープ	つぶしがゆ キャベツの煮つぶし 豆腐の煮つぶし
14	火	ヨーグルト	ごはん 厚揚げの中華風煮 かぼちゃの煮付 パインコンポート	牛乳 乳児用おかし	軟飯 豆腐のとろとろ煮 かぼちゃのスープ	豚肉と野菜のおじや ヨーグルト	おかゆ 豆腐のとろとろ煮 かぼちゃのスープ	つぶしがゆ かぼちゃの煮つぶし 豆腐の煮つぶし
15	水	牛乳	ごはん さけの照焼 もやしのナムル わかめ汁	牛乳 サンドパン	軟飯 白身魚のくすあん煮 野菜のみそ汁	麩と野菜のみそおじや チーズ	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 豆腐の煮つぶし
16	木	ヨーグルト	ごはん ハッシュドポーク コールスローサラダ オレンジコンポート	牛乳 乳児用おかし	軟飯 麩のうま煮 野菜スープ	トマトスパゲティ ヨーグルト	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
17	金	牛乳	ごはん たらの磯部揚げ 和風コンスープ ほうれん草のごまあえ	牛乳 バナナ	軟飯 白身魚のくすあん煮 和風コンスープ	煮そうめん バナナ	おかゆ 白身魚のくすあん煮 和風コンスープ	つぶしがゆ にんじんの煮つぶし 麩の煮つぶし
20	月	ヨーグルト	ごはん 焼肉 高野豆腐のスープ オレンジコンポート	牛乳 乳児用おかし	軟飯 麩のやわらか煮 野菜スープ	鶏肉と野菜のおじや ヨーグルト	おかゆ 麩のやわらか煮 野菜スープ	つぶしがゆ にんじんの煮つぶし 麩の煮つぶし
21	火	牛乳 誕生会献立	ジャムサンド 鶏肉のたつた揚げ みかんサラダ すまし汁 ゼリー	牛乳 乳児用おかし	軟飯 豆腐のとろとろ煮 すまし汁	煮そうめん チーズ	おかゆ 豆腐のとろとろ煮 すまし汁	つぶしがゆ キャベツの煮つぶし 麩の煮つぶし
22	水	牛乳	ごはん さけのみそ焼 すき昆布の炒め煮 豆腐汁	ヨーグルト 乳児用おかし	軟飯 白身魚のとろとろ煮 豆腐汁	豚肉と野菜のみそ おじや ヨーグルト	おかゆ 白身魚のとろとろ煮 豆腐汁	つぶしがゆ にんじんの煮つぶし 豆腐の煮つぶし
23	木	牛乳	ごはん 豆腐の中華炒め じゃがいもの揚げ煮 オレンジコンポート	ヨーグルト 乳児用おかし	軟飯 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 こまつなの煮つぶし 豆腐の煮つぶし
24	金	牛乳	ごはん 鶏肉のバーベキューソース 小松菜のみそ汁 半つぶし大豆とひじきのごまサラダ	牛乳 黒糖蒸しパン	軟飯 麩のうま煮 野菜のみそ汁	鶏肉と野菜のみそ おじや チーズ	おかゆ 麩のうま煮 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
27	月	牛乳	ごはん 高野豆腐の卵とし 青のりポテト オレンジコンポート	牛乳 乳児用おかし	軟飯 麩のやわらか煮 野菜スープ	鶏肉と野菜のおじや チーズ	おかゆ 麩のやわらか煮 野菜スープ	つぶしがゆ こまつなの煮つぶし 麩の煮つぶし
28	火	牛乳	ごはん ミルクカレー パインサラダ ゼリー	牛乳 乳児用おかし	軟飯 肉じゃが キャベツのスープ	豚肉と野菜のみそ おじや チーズ	おかゆ 肉じゃが キャベツのスープ	つぶしがゆ じゃがいもの煮つぶし 麩の煮つぶし
30	木	牛乳	ごはん たらの蒲焼 はるさめサラダ わかめスープ	ミルク 乳児用おかし	軟飯 豆腐のくすあん煮 野菜のみそ汁	麩と野菜のおじや チーズ	おかゆ 豆腐のくすあん煮 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

☆ 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、国産オレンジ、バナナ等を予定しています。

