

令和8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
3	月	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 麩の旨煮 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
4	火	牛乳	ごはん カレイの煮付 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 にんじんの煮つぶし 麩の煮つぶし
5	水	ヨーグルト	ごはん 鶏肉のピカタ コールスローサラダ わかめスープ	牛乳 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 ヨーグルト	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
6	木	牛乳	ごはん ツナじゃが ゼリー バインサラダ	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ ツナじゃが キャベツのやわらか煮	豚肉と野菜のおじや チーズ	おかゆ ツナじゃが キャベツのやわらか煮	つぶしがゆ じゃがいもの煮つぶし 麩の煮つぶし
7	金	ヨーグルト	ごはん さけのフライ きゅうりのゆかりあえ 高野豆腐のスープ	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 白身魚のくすあん煮 野菜スープ	麩と野菜のおじや 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
10	月	牛乳	ごはん 和風ハンバーグ ブロッコリーのおかかあえ キャベツのみそ汁	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 豆腐のくすあん煮 野菜のみそ汁	煮そうめん 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 ブロッコリーの煮つぶし 豆腐の煮つぶし
12	水	牛乳	ごはん 豆腐の中華炒め 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 豆腐のくすあん煮 野菜のみそ汁	スープスパゲティ ヨーグルト	おかゆ 豆腐のくすあん煮 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
17	月	牛乳	ごはん ハッシュドポーク ひじきサラダ チーズ	ヨーグルト 乳児用おかし	硬かゆ 麩の旨煮 野菜スープ	豚肉と野菜のおじや ヨーグルト	おかゆ 麩の旨煮 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
18	火	ヨーグルト	ごはん さけみそ焼 キャベツのみそ汁 すき昆布の炒め煮	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	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 キャベツの煮つぶし 麩の煮つぶし
19	水	牛乳	ごはん 麻婆豆腐 ぶどうのコンポート かぼちゃのてんぷら	ヨーグルト 乳児用おかし	硬かゆ 豆腐のくすあん煮 野菜のみそ汁	豚肉と野菜のおじや チーズ	おかゆ 豆腐のくすあん煮 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
20	木	牛乳	ごはん 焼肉 はるさめスープ バインコンポート	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 麩の旨煮 野菜スープ	豚肉と野菜のおじや チーズ	おかゆ 麩の旨煮 野菜スープ	つぶしがゆ にんじんの煮つぶし 麩の煮つぶし
21	金	ヨーグルト	ごはん さわらのたつた揚げ ブロッコリーのごまあえ なすのみそ汁	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 白身魚のくすあん煮 なすのみそ汁	麩と野菜のみそおじや ヨーグルト	おかゆ 白身魚のくすあん煮 なすのみそ汁	つぶしがゆ ブロッコリーの煮つぶし 麩の煮つぶし
24	月	牛乳	ごはん カレイの煮付 トマトときゅうりのサラダ かぼちゃのみそ汁	ヨーグルト 乳児用おかし	硬かゆ 白身魚のくすあん煮 かぼちゃのみそ汁	麩と野菜のみそおじや ヨーグルト	おかゆ 白身魚のくすあん煮 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
25	火	牛乳	ごはん スペイン風オムレツ クリームコーンスープ メロンコンポート	牛乳 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 じゃがいもの煮つぶし 麩の煮つぶし
26	水	牛乳	ごはん はるさめサラダ 半つぶし大豆と鶏肉の煮込み すいかコンポート	麦茶 乳児用おかし	硬かゆ 豆腐のくすあん煮 野菜のみそ汁	鶏肉と野菜のおじや すいかコンポート	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 豆腐の煮つぶし
27	木	牛乳	ごはん 鶏肉の照焼 ほうれん草ともやしひたし オニオンスープ	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 ほうれん草の煮つぶし 麩の煮つぶし
28	金	ヨーグルト	ごはん さけの照焼 わかめ汁 切干し大根サラダ	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 豆腐のくすあん煮 野菜のみそ汁	麩と野菜のみそおじや ヨーグルト	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 豆腐の煮つぶし
31	月	牛乳	ごはん フライドポテト 半つぶしボークビーンズ キャベツのひたし	牛乳 乳児用おかし	硬かゆ 豆腐のくすあん煮 野菜のみそ汁	トマトスパゲティ 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 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、ぶどう等を予定しています。

