

令和8年度 4月 離乳食献立表

日/曜	5～6ヶ月頃 なめらかにすりつぶした状態 ※たんぱく源は6ヶ月からです。	7～8ヶ月頃 舌でつぶせる固さ	9～11ヶ月頃 歯ぐきでつぶせる固さ
1・15日 水	つぶし粥 野菜のマッシュ (じゃがいも 人参 玉ねぎ ミルク)	やわらか粥 鶏肉と野菜のミルク煮 (鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ ミルク) つぶし果物(果物)	お粥～軟飯 ホワイトシチュー (鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 牛乳 ミルク) 刻み果物(果物)
2・16日 木	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (ほうれん草 人参 キャベツ)	やわらか粥 白身魚と野菜のつぶし煮 (白身魚 人参 ほうれん草) 味噌汁(キャベツ 玉ねぎ)	お粥～軟飯 白身魚と野菜の煮物 (白身魚 人参 ほうれん草) 味噌汁(キャベツ 玉ねぎ)
3・17 金	つぶし粥 豆腐のつぶし煮 (豆腐 人参 じゃがいも)	やわらか粥 豆腐と野菜のつぶし煮 (豆腐 人参 玉ねぎ チンゲン菜) 味噌汁(じゃがいも ほうれん草)	お粥～軟飯 豆腐と野菜の煮物 (豆腐 人参 玉ねぎ チンゲン菜) 味噌汁(じゃがいも ほうれん草)
4・18 土	そうめんのくたくた煮 (そうめん 人参 玉ねぎ)	くたくたスパゲティ (スパゲティ 豚肉 人参 玉ねぎ) つぶし果物(果物)	やわらかスパゲティ (スパゲティ 豚肉 人参 玉ねぎ) 刻み果物(果物)
6・20 月	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (人参 玉ねぎ 小松菜)	やわらか粥 ツナと野菜のつぶし煮 (ツナ缶 人参 玉ねぎ) 味噌汁(玉ねぎ 小松菜)	お粥～軟飯 ツナと野菜の卵とじ (ツナ缶 人参 玉ねぎ 卵) 味噌汁(玉ねぎ 小松菜)
7・21 火	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (かぼちゃ 小松菜 玉ねぎ)	やわらか粥 白身魚と野菜のつぶし煮 (白身魚 小松菜 人参) 味噌汁(玉ねぎ)	お粥～軟飯 白身魚と野菜の煮物 (白身魚 小松菜 人参) 味噌汁(玉ねぎ)
8・22 水	つぶし粥 野菜のマッシュ (じゃがいも 玉ねぎ 人参 ミルク)	やわらか粥 鶏肉と野菜のミルク煮 (鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ ミルク) つぶし果物(みかん缶)	お粥～軟飯 ホワイトシチュー (鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 牛乳 ミルク) 刻み果物(みかん缶)
9・23 木	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (玉ねぎ 人参 キャベツ)	やわらか粥 豚肉と野菜のつぶし煮 (豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ) スープ(わかめ)	お粥～軟飯 豚肉と野菜の煮物 (豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ) スープ(わかめ)
10・24 金	パン粥 野菜のマッシュ (キャベツ 大根 じゃがいも ミルク)	やわらかパン粥 豚肉と野菜のつぶし煮 (豚肉 人参 キャベツ) ミルクスープ(小松菜 じゃがいも 玉ねぎ ミルク)	パン粥～パン 豚肉と野菜の煮物 (豚肉 人参 キャベツ) ミルクスープ(小松菜 じゃがいも 玉ねぎ 牛乳)
11・25 土	そうめんのくたくた煮 (そうめん 人参 玉ねぎ)	くたくたスパゲティ (スパゲティ 豚肉 人参 玉ねぎ) 野菜スープ(玉ねぎ 人参)	やわらかスパゲティ (スパゲティ 豚肉 人参 玉ねぎ) 野菜スープ(玉ねぎ 人参)
13・27 月	うどんのくたくた煮 (うどん 大根 人参 小松菜)	くたくた味噌煮込みうどん (うどん 豆腐 大根 人参 小松菜) やわらか和え物 (ツナ缶 キャベツ きゅうり 人参)	味噌煮込みうどん (うどん 豆腐 大根 人参 小松菜) 和え物 (ツナ缶 キャベツ きゅうり 人参)
14・28 火	つぶし粥 豆腐のつぶし煮 (豆腐 人参 大根)	やわらか粥 豆腐と野菜のつぶし煮 (豆腐 玉ねぎ 人参 小松菜) すまし汁(カットわかめ 大根)	お粥～軟飯 豆腐と野菜の煮物 (豆腐 人参 玉ねぎ 小松菜) すまし汁(カットわかめ 大根)
30 木	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (人参 キャベツ じゃがいも)	やわらか粥 ツナと野菜のつぶし煮 (ツナ缶 人参 キャベツ) スープ(じゃがいも)	お粥～軟飯 ツナと野菜の卵とじ (ツナ缶 人参 キャベツ 卵) スープ(じゃがいも)
誕生会	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (人参 チンゲン菜 玉ねぎ)	人参入りやわらか粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 (鶏肉 人参 チンゲン菜) 味噌汁(玉ねぎ 焼き麩)	人参入りお粥～軟飯 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉 人参 チンゲン菜) 味噌汁(玉ねぎ 焼き麩)

※当園では、離乳食の提供は中期(生後7～8か月頃)からを基本としています。
ご家庭で初期のペースト状の離乳食を進めていただき、食べ慣れてきた段階で提供を開始いたします。
お子様一人ひとりの消化機能に配慮し、食材チェック表で食べた食材・アレルギー・食べ方の様子を共有しながら進めてまいります。
ご不安な点等ございましたら園にご相談ください。