



令和6年4月 離乳食予定献立表



日	曜	午前の食事				午後の食事			
		離乳初期 (5~6か月頃) なめらかにすりつぶした状態 (ヨーグルトくらい)	離乳中期 (7~8か月頃) 舌でつぶせるかたさ (豆腐くらい)	離乳後期 (9~11か月頃) 歯ぐきでつぶせるかたさ (バナナくらい)	離乳完了期 (12~18か月頃) 歯ぐきでかめるかたさ (肉だんごくらい)	離乳初期	離乳中期	離乳後期	離乳完了期
1	月	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物 刻み果物	かた粥 麻婆豆腐 華風あえ 果物	軟飯 麻婆豆腐 華風あえ 果物	ミルク	ミルク	おじゃ	お菓子 牛乳
2	火	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 煮魚 ひじきの炒り煮 果物	軟飯 みそ汁 焼き魚 ひじきの炒り煮 果物	ミルク	ミルク	おじゃ	さつまいもパン 牛乳
3	水	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 豚肉と野菜の炒め煮 フレンチサラダ 果物	軟飯 カレー フレンチサラダ 果物	ミルク	ミルク	おじゃ	お菓子 牛乳
4	木	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 つくね焼き コーン入りおひたし	軟飯 みそ汁 つくね焼き コーン入りおひたし	ミルク	ミルク	おじゃ	お菓子 お茶
5	金	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 肉じゃが 切干大根とツナのおえもの 果物	軟飯 肉じゃが 切干大根とツナのおえもの 果物	ミルク	ミルク	おじゃ	塩おにぎり お茶
8	月	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 チンゲン菜とわかめのスープ ビビンバ 果物	軟飯 チンゲン菜とわかめのスープ ビビンバ 果物	ミルク	ミルク	おじゃ	お菓子 牛乳
9	火	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 煮魚 じゃがいものソテー	軟飯 みそ汁 煮魚 じゃがいものソテー	ミルク	ミルク	おじゃ	ヨーグルト
10	水	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物 刻み果物	かた粥 豆腐の炒め煮 ひじきサラダ 果物	軟飯 豆腐の炒め煮 ひじきサラダ 果物	ミルク	ミルク	おじゃ	お星さまパン 牛乳
11	木	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 みそ汁 つくね焼き ブロッコリーのおかかあえ	軟飯 みそ汁 つくね焼き ブロッコリーのおかかあえ	ミルク	ミルク	おじゃ	お菓子 牛乳
12	金	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 親子煮 もやしとツナのサラダ 焼きのり	軟飯 親子煮 もやしとツナのサラダ 焼きのり	ミルク	ミルク	おじゃ	ホットケーキ 牛乳
15	月	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	チャンポン麺 昆布豆 果物	チャンポン麺 昆布豆 果物	ミルク	ミルク	おじゃ	おかかおにぎり お茶

*保育施設では、赤ちゃんの年齢や発育状態にあわせて、調理形態や使用する食品の種類を変えています。 *保育施設で実際に食べた離乳食の内容は、連絡帳に記入してお知らせします。

日	曜	午前の食事				午後の食事			
		月齢	離乳初期 (5~6か月頃)	離乳中期 (7~8か月頃)	離乳後期 (9~11か月頃)	離乳完了期 (12~18か月頃)	離乳初期	離乳中期	離乳後期
16	火	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 なら卵みそ汁 煮魚 ポテトサラダ	軟飯 なら卵みそ汁 魚のオープン焼き ポテトサラダ	ミルク	ミルク	おじゃ	お菓子 牛乳
17	水	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 かぶのスープ チーズ 豆腐ハンバーグ ゆでブロッコリー	食パン かぶのスープ チーズ 豆腐ハンバーグ ゆでブロッコリー	ミルク	ミルク	おじゃ	塩おにぎり お茶
18	木	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 炒り豆腐 もやしのあえもの 焼きのり	軟飯 炒り豆腐 ヨーグルト もやしのあえもの 焼きのり	ミルク	ミルク	おじゃ	お菓子 お茶
19	金	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 春野菜の煮物 大豆入り肉そぼろ 果物	軟飯 春野菜の煮物 大豆入り肉そぼろ 果物	ミルク	ミルク	おじゃ	フルーツポンチ
22	月	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物 刻み果物	かた粥 わかめスープ プルコギ 果物	軟飯 わかめスープ プルコギ 果物	ミルク	ミルク	おじゃ	お菓子 牛乳
23	火	つぶし粥 野菜スープ 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 野菜の煮物	かた粥 野菜スープ 果物 肉野菜炒め ツナマカロニサラダ	ピラフ 野菜スープ ツナマカロニサラダ 果物	ミルク	ミルク	おじゃ	お菓子 牛乳
24	水	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 みそ汁 干草焼き 即席漬け 焼きのり	軟飯 みそ汁 干草焼き 即席漬け 焼きのり	ミルク	ミルク	おじゃ	お菓子 お茶
25	木	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 クリームシチュー おひたし 果物	バターロール クリームシチュー おひたし 果物	ミルク	ミルク	おじゃ	ひじきおにぎり お茶
26	金	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 煮魚 ほうれん草のおひたし	軟飯 みそ汁 煮魚 ほうれん草のおひたし	ミルク	ミルク	おじゃ	お菓子 牛乳
30	火	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 ミートソース ブロッコリーサラダ 果物	軟飯 ミートソース ブロッコリーサラダ 果物	ミルク	ミルク	おじゃ	ポールドーナツ 牛乳

～ 保護者の方へ ～

離乳食を提供するにあたり、**保育施設で初めて食べる**ことがないように、ご家庭で食べた食品をお知らせいただいております。
離乳初期、離乳中期、離乳後期、離乳完了期と、離乳の開始から離乳が完了するまでに、ご家庭の料理に離乳食で使用する食品を順次取り入れていただき、いろいろな食品を保育施設で提供できるようにご協力をお願いいたします。



保育施設・保育園キッズセンター
まいかちゃん