令和7年４月　離乳食予定献立表

日	曜	午前の食事					午後の食事			
月齢と調理形態		**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）	**おやつ** ※完了期のみ	離乳初期	離乳中期	離乳後期	離乳 完了期
1	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	お菓子 牛乳	ミルク	ミルク	おじや	お菓子 牛乳
2	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　刻み果物	かた粥　肉じゃが 切干大根とツナのあえもの　果物	軟飯　肉じゃが 切干大根とツナのあえもの　果物	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじや	お菓子 牛乳
3	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 春雨サラダ　果物	軟飯　炒り豆腐 春雨サラダ　果物	お菓子 牛乳	ミルク	ミルク	おじや	わかめおにぎり お茶
4	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　みそ汁 つくね焼き　三色ひたし	軟飯　みそ汁 つくね焼き　三色ひたし	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじや	お菓子 牛乳
7	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	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじや	お菓子 牛乳
8	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	かた粥　豚肉と野菜の炒め煮 フレンチサラダ　チーズ	軟飯　カレー フレンチサラダ　チーズ	お菓子 牛乳	ミルク	ミルク	おじや	お菓子 お茶
9	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　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	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじや	お菓子 牛乳
10	木	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	お菓子 牛乳	ミルク	ミルク	おじや	お星さまパン 牛乳
11	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　ヨーグルト	お菓子 牛乳	ミルク	ミルク	おじや	塩おにぎり お茶
14	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	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじや	お菓子 牛乳
15	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　にら卵みそ汁 煮魚　ポテトサラダ	軟飯　にら卵みそ汁 煮魚　ポテトサラダ	お菓子 牛乳	ミルク	ミルク	おじや	お菓子 牛乳

＊献立内容を変更する場合があります。＊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、別途お知らせします。

日	曜	午前の食事					午後の食事			
月齢と調理形態		**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）	**おやつ** ※完了期のみ	離乳初期	離乳中期	離乳後期	離乳 完了期
16	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 千草焼き　即席漬け　焼きのり	軟飯　みそ汁 千草焼き　即席漬け　焼きのり	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじや	お菓子 牛乳
17	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 フレンチサラダ	コッペパン　クリームシチュー フレンチサラダ	お菓子 牛乳	ミルク	ミルク	おじや	ひじきおにぎり お茶
18	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	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじや	お菓子 牛乳
21	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　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	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじや	お菓子 牛乳
22	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　春雨スープ 煮魚　青菜のおひたし	軟飯　春雨スープ 煮魚　青菜のおひたし	お菓子 牛乳	ミルク	ミルク	おじや	ヨーグルト
23	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　野菜スープ ケチャップ炒め　マカロニサラダ　果物	軟飯　野菜スープ ケチャップ炒め　マカロニサラダ　果物	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじや	お菓子 お茶
24	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　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	お菓子 牛乳	ミルク	ミルク	おじや	お菓子 牛乳
25	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	チャンポン麺 昆布豆　果物	チャンポン麺 昆布豆　果物	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじや	塩おにぎり お茶
28	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	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじや	お菓子 牛乳
30	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　野菜スープ 豆腐ハンバーグ　ブロッコリーのおかかあえ	食パン　野菜スープ 豆腐ハンバーグ　ブロッコリーのおかかあえ	ヨーグルト	ミルク	ミルク	おじや	紅鮭わかめおにぎり お茶

～ 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（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）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。

新潟市食育・花育推進キャラクター
まいかちゃん