

	1(金)	2(土)	7(木)	4.28(木)	9(土)	11.25(月)
前期	<ul style="list-style-type: none"> <li>つぶしがゆ 30~40g</li> <li>つぶし煮 豆腐 10g 人参おろし 5 出し汁、片栗粉</li> <li>煮浸し ほうれん草 10g はくさい 5 出し汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ぞうすい 10倍がゆ 30~40g 豆腐つぶし 20 玉ねぎ 10 人参 5 出し汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>つぶしがゆ 30~40g</li> <li>魚のすり流し煮 白身魚すりつぶし 10g 出し汁、片栗粉</li> <li>煮浸し キャベツ 10g 人参 5 出し汁</li> <li>みそ汁 玉ねぎ 10g 出し汁、みそ少し</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>つぶしがゆ 30~40g</li> <li>つぶし煮 豆腐 10g 玉ねぎ 10 人参 5 はくさい 10 出し汁</li> <li>煮浸し 小松菜 10g 出し汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ぞうすい 10倍がゆ 30~40g 豆腐 20 人参 5 キャベツ 10 出し汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>つぶしがゆ 30~40g</li> <li>野菜スープ じゃが芋 10g 玉ねぎ 10 人参 5 キャベツ 10 大根 10 出し汁</li> <li>つぶし煮 人参 10g 出し汁</li> </ul>
中期	<ul style="list-style-type: none"> <li>7~5倍がゆ 50~80g</li> <li>高野の煮物 高野豆腐みじん 1/4コ 鶏ミンチすりみ 5g 人参みじん 10 だし汁、さとう、しょうゆ</li> <li>和え物 ほうれん草 15g はくさい 15 人参 3 ツナほぐし 5 出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ぞうすい 7~5倍がゆ 50~80g 豆腐つぶし 30 玉ねぎ 20 人参 8 出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>7~5倍がゆ 50~80g</li> <li>魚のほぐし煮 白身魚ほぐし 25g 出し汁、砂糖、しょうゆ</li> <li>おひたし チンゲンサイ 10g キャベツ 15 人参 5 出し汁、さとう、しょうゆ</li> <li>みそ汁 玉ねぎ 20g 出し汁、みそ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>7~5倍がゆ 50~80g</li> <li>豆腐と野菜煮 豆腐 30g 玉ねぎ 20 人参 8 はくさい 15 出し汁、砂糖、しょうゆ</li> <li>和え物 小松菜 10g もやし 10 出し汁、しょうゆ、砂糖</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ぞうすい 7~5倍がゆ 50~80g 豆腐 40 人参 8 キャベツ 20 出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>7~5倍がゆ 50~80g</li> <li>鶏肉と野菜のスープ煮 鶏肉すりみ 5g じゃが芋 15 玉ねぎ 10 人参 5 キャベツ 15 大根 15 出し汁、しょうゆ</li> <li>スパゲティサラダ スパゲティ 3g きゅうり 10 人参 5 出し汁、しょうゆ</li> </ul>
後期 完了期	<ul style="list-style-type: none"> <li>全がゆ90 ~ 軟飯90g</li> <li>高野の卵とじ 高野豆腐みじん 1/3コ 鶏ミンチすりみ 10g 人参みじん 5 たまご 25 だし汁、さとう、しょうゆ</li> <li>和え物 ほうれん草 20g はくさい 20 人参 5 ツナほぐし 10 出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ぞうすい 全がゆ(軟飯) 90(90)g ミンチ(赤身) 15 玉ねぎ 30 人参 10 出し汁、砂糖、しょうゆ</li> <li>くだもの 50g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>全がゆ90 ~ 軟飯90g</li> <li>煮魚 白身魚 35g 出し汁、砂糖、しょうゆ</li> <li>おひたし チンゲンサイ 15g キャベツ 20 人参 8 出し汁、さとう、しょうゆ</li> <li>みそ汁 玉ねぎ 30g 出し汁、みそ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>全がゆ90 ~ 軟飯90g</li> <li>すき焼き風煮 牛肉(赤身)みじん 15g 豆腐 30 玉ねぎ 30 人参 10 はくさい 20 出し汁、砂糖、しょうゆ</li> <li>和え物 小松菜 15g もやし 15 出し汁、しょうゆ、砂糖</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ぞうすい 全がゆ(軟飯) 90(80)g 豚肉(赤身)みじん 15 人参 10 キャベツ 30 出し汁、砂糖、しょうゆ</li> <li>くだもの 50g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>全がゆ90 ~ 軟飯90g</li> <li>鶏肉と野菜のスープ煮 鶏肉みじん 10g じゃが芋 20 玉ねぎ 15 人参 8 キャベツ 20 大根 20 出し汁、しょうゆ</li> <li>スパゲティサラダ スパゲティ 4g きゅうり 15 人参 10 マヨネーズ風調味料</li> </ul>

★必要に応じて出し汁や片栗粉で調整すること。

※献立は、その日の都合により変更することがあります。  
 ※献立はあくまで目安であり、子どもの体調等により提供する食材や形態・量は異なります。

令和8年5月分 離乳食献立表

	12・21(火)(木)	13・27(水)	8・22(木)	29(金)	16(土)	18(月)
前期	<ul style="list-style-type: none"> <li>つぶしがゆ 30~40g</li> <li>つぶし煮                             <ul style="list-style-type: none"> <li>豆腐 10g</li> <li>じゃが芋 10</li> <li>玉ねぎ 10</li> <li>人参 5</li> <li>出し汁</li> </ul> </li> <li>煮浸し                             <ul style="list-style-type: none"> <li>胡瓜おろしゆで 10g</li> <li>人参 5</li> <li>出し汁</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>つぶしがゆ 30~40g</li> <li>つぶし煮                             <ul style="list-style-type: none"> <li>豆腐 10g</li> <li>キャベツ 5</li> <li>人参 3</li> <li>玉ねぎ 5</li> <li>出し汁</li> </ul> </li> <li>野菜スープ                             <ul style="list-style-type: none"> <li>じゃが芋 10g</li> <li>玉ねぎ 10</li> <li>人参 5</li> <li>出し汁</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>つぶしがゆ 30~40g</li> <li>魚のすり流し煮                             <ul style="list-style-type: none"> <li>白身魚すりつぶし 10g</li> <li>出し汁、片栗粉</li> </ul> </li> <li>煮浸し                             <ul style="list-style-type: none"> <li>はくさい 10g</li> <li>人参 5</li> <li>出し汁</li> </ul> </li> <li>オニオンスープ                             <ul style="list-style-type: none"> <li>玉ねぎ 10g</li> <li>人参 5</li> <li>出し汁</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>つぶしがゆ 30~40g</li> <li>つぶし煮                             <ul style="list-style-type: none"> <li>豆腐 20g</li> <li>じゃが芋 10</li> <li>玉ねぎ 10</li> <li>人参 5</li> <li>出し汁</li> </ul> </li> <li>煮浸し                             <ul style="list-style-type: none"> <li>きゅうり 15g</li> <li>出し汁</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ぞうすい                             <ul style="list-style-type: none"> <li>10倍がゆ 30~40g</li> <li>豆腐つぶし 20</li> <li>人参 5</li> <li>玉ねぎ 10</li> <li>出し汁</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>つぶしがゆ 30~40g</li> <li>つぶし煮                             <ul style="list-style-type: none"> <li>玉ねぎ 15g</li> <li>人参 10</li> <li>出し汁</li> </ul> </li> <li>煮浸し                             <ul style="list-style-type: none"> <li>きゅうり 10g</li> <li>人参 5</li> <li>出し汁</li> </ul> </li> </ul>
中期	<ul style="list-style-type: none"> <li>7~5倍がゆ 50~80g</li> <li>豆腐と野菜煮                             <ul style="list-style-type: none"> <li>豆腐 30g</li> <li>じゃが芋 20</li> <li>玉ねぎ 10</li> <li>人参 8</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>野菜の和え物                             <ul style="list-style-type: none"> <li>アスパラガス 15g</li> <li>人参 5</li> <li>きゅうり 10</li> <li>キャベツ 5</li> <li>出し汁、しょうゆ、砂糖</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>7~5倍がゆ 50~80g</li> <li>野菜煮                             <ul style="list-style-type: none"> <li>豆腐 20g</li> <li>キャベツ 15</li> <li>人参 5</li> <li>玉ねぎ 10</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>野菜スープ                             <ul style="list-style-type: none"> <li>鶏肉すりみ 10g</li> <li>じゃが芋 15</li> <li>玉ねぎ 15</li> <li>人参 10</li> <li>出し汁、しょうゆ</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>7~5倍がゆ 50~80g</li> <li>魚のほぐし煮                             <ul style="list-style-type: none"> <li>白身魚ほぐし 25g</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>おひたし                             <ul style="list-style-type: none"> <li>はくさい 15g</li> <li>人参 5</li> <li>小松菜 10</li> <li>出し汁、さとう、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>オニオンスープ                             <ul style="list-style-type: none"> <li>玉ねぎ 20g</li> <li>人参 5</li> <li>出し汁、しょうゆ</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>7~5倍がゆ 50~80g</li> <li>豆腐と野菜煮                             <ul style="list-style-type: none"> <li>豆腐 30g</li> <li>じゃが芋 20</li> <li>玉ねぎ 20</li> <li>人参 10</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>和え物                             <ul style="list-style-type: none"> <li>千切り大根 2g</li> <li>きゅうり 10</li> <li>人参 5</li> <li>酢、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ぞうすい                             <ul style="list-style-type: none"> <li>7~5倍がゆ 50~80g</li> <li>豆腐つぶし 30</li> <li>人参 8</li> <li>玉ねぎ 20</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>7~5倍がゆ 50~80g</li> <li>チキンヌードルスープ                             <ul style="list-style-type: none"> <li>鶏肉すりみ 10g</li> <li>スパゲティ 5</li> <li>玉ねぎ 20</li> <li>人参 5</li> <li>出し汁、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>野菜サラダ                             <ul style="list-style-type: none"> <li>キャベツ 15g</li> <li>きゅうり 10</li> <li>人参 8</li> <li>出し汁、しょうゆ</li> </ul> </li> </ul>
後期 完了期	<ul style="list-style-type: none"> <li>全がゆ90 ~ 軟飯90g</li> <li>そぼろ煮                             <ul style="list-style-type: none"> <li>ミンチ(赤身) 15g</li> <li>じゃが芋 30</li> <li>玉ねぎ 15</li> <li>人参 10</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>野菜の和え物                             <ul style="list-style-type: none"> <li>アスパラガス 20g</li> <li>人参 10</li> <li>きゅうり 10</li> <li>キャベツ 10</li> <li>出し汁、しょうゆ、砂糖</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>全がゆ90 ~ 軟飯90g</li> <li>肉と野菜煮                             <ul style="list-style-type: none"> <li>豚肉(赤身)みじん 15g</li> <li>ピーマン 5</li> <li>キャベツ 20</li> <li>人参 10</li> <li>玉ねぎ 15</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>野菜スープ                             <ul style="list-style-type: none"> <li>鶏肉みじん 15g</li> <li>じゃが芋 15</li> <li>玉ねぎ 15</li> <li>人参 10</li> <li>出し汁、しょうゆ</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>全がゆ90 ~ 軟飯90g</li> <li>煮魚                             <ul style="list-style-type: none"> <li>白身魚 35g</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>ごま和え                             <ul style="list-style-type: none"> <li>はくさい 20g</li> <li>人参 8</li> <li>小松菜 15</li> <li>出し汁、すりごま、さとう、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>オニオンスープ                             <ul style="list-style-type: none"> <li>玉ねぎ 30g</li> <li>人参 5</li> <li>出し汁、しょうゆ</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>全がゆ90 ~ 軟飯90g</li> <li>肉と野菜煮                             <ul style="list-style-type: none"> <li>牛肉(赤身)みじん 15g</li> <li>じゃが芋 30</li> <li>玉ねぎ 30</li> <li>人参 15</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>和え物                             <ul style="list-style-type: none"> <li>千切り大根 3g</li> <li>きゅうり 15</li> <li>人参 5</li> <li>すりごま、酢、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ぞうすい                             <ul style="list-style-type: none"> <li>全がゆ(軟飯) 90(90)g</li> <li>牛肉(赤身)みじん 15</li> <li>人参 10</li> <li>玉ねぎ 30</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>くだもの 50g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>全がゆ90 ~ 軟飯90g</li> <li>チキンヌードルスープ                             <ul style="list-style-type: none"> <li>鶏肉みじん 15g</li> <li>スパゲティ 7</li> <li>玉ねぎ 30</li> <li>人参 7</li> <li>マッシュルーム 3</li> <li>出し汁、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>野菜サラダ                             <ul style="list-style-type: none"> <li>キャベツ 20g</li> <li>きゅうり 15</li> <li>人参 10</li> <li>マヨネーズ風調味料</li> </ul> </li> </ul>

★必要に応じて出し汁や片栗粉で調整すること。

※献立は、その日の都合により変更することがあります。  
 ※献立はあくまで目安であり、子どもの体調等により提供する食材や形態・量は異なります。

令和8年5月分 離乳食献立表

	19(火)	20(水)	15(金)	23(土)	30(土)
前期	<ul style="list-style-type: none"> <li>つぶしがゆ 30~40g</li> <li>煮浸し                             <ul style="list-style-type: none"> <li>豆腐つぶし 15g</li> <li>玉ねぎ 10</li> <li>キャベツ 10</li> <li>人参 5</li> <li>出し汁、片栗粉</li> </ul> </li> <li>野菜スープ                             <ul style="list-style-type: none"> <li>玉ねぎ 10g</li> <li>人参 5</li> <li>出し汁</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>つぶしがゆ 30~40g</li> <li>つぶし煮                             <ul style="list-style-type: none"> <li>じゃが芋 20g</li> <li>人参 5</li> <li>出し汁</li> </ul> </li> <li>煮浸し                             <ul style="list-style-type: none"> <li>ほうれん草 10g</li> <li>出し汁</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>つぶしがゆ 30~40g</li> <li>豆腐のくず煮                             <ul style="list-style-type: none"> <li>豆腐つぶし 15g</li> <li>出し汁、片栗粉</li> </ul> </li> <li>煮浸し                             <ul style="list-style-type: none"> <li>キャベツ 10g</li> <li>人参 5</li> <li>出し汁</li> </ul> </li> <li>すまし汁                             <ul style="list-style-type: none"> <li>玉ねぎ 10g</li> <li>出し汁</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ぞうすい                             <ul style="list-style-type: none"> <li>10倍がゆ 30~40g</li> <li>豆腐 20</li> <li>はくさい 10</li> <li>人参 5</li> <li>出し汁</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ぞうすい                             <ul style="list-style-type: none"> <li>10倍がゆ 30~40g</li> <li>豆腐つぶし 20</li> <li>玉ねぎ 10</li> <li>人参 5</li> <li>出し汁</li> </ul> </li> </ul>
中期	<ul style="list-style-type: none"> <li>7~5倍がゆ 50~80g</li> <li>豆腐と野菜煮                             <ul style="list-style-type: none"> <li>豆腐つぶし 30g</li> <li>玉ねぎ 20</li> <li>キャベツ 20</li> <li>人参 5</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>野菜スープ                             <ul style="list-style-type: none"> <li>玉ねぎ 20g</li> <li>人参 8</li> <li>出し汁、しょうゆ</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>7~5倍がゆ 50~80g</li> <li>磯煮                             <ul style="list-style-type: none"> <li>鶏肉すりみ 10g</li> <li>じゃが芋 25</li> <li>人参 10</li> <li>ひじきもどしてみじん 0.5</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>和え物                             <ul style="list-style-type: none"> <li>ほうれん草 25g</li> <li>人参 10</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>7~5倍がゆ 50~80g</li> <li>鶏肉のほぐし煮                             <ul style="list-style-type: none"> <li>鶏肉ほぐし 25g</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>和え物                             <ul style="list-style-type: none"> <li>小松菜 10g</li> <li>キャベツ 15</li> <li>人参 8</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>すまし汁                             <ul style="list-style-type: none"> <li>たまねぎ 15g</li> <li>出し汁、しょうゆ</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ぞうすい                             <ul style="list-style-type: none"> <li>7~5倍がゆ 50~80g</li> <li>豆腐 40</li> <li>はくさい 20</li> <li>人参 8</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ぞうすい                             <ul style="list-style-type: none"> <li>7~5倍がゆ 50~80g</li> <li>鶏肉すりみ 10</li> <li>玉ねぎ 20</li> <li>人参 8</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> </ul>
後期 完了期	<ul style="list-style-type: none"> <li>全がゆ90 ~ 軟飯90g</li> <li>肉と野菜煮                             <ul style="list-style-type: none"> <li>ミンチ(赤身) 15g</li> <li>玉ねぎ 30</li> <li>キャベツ 30</li> <li>人参 10</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>野菜スープ                             <ul style="list-style-type: none"> <li>玉ねぎ 30g</li> <li>人参 10</li> <li>出し汁、しょうゆ</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>全がゆ90 ~ 軟飯90g</li> <li>磯煮                             <ul style="list-style-type: none"> <li>鶏肉みじん 15g</li> <li>じゃが芋 35</li> <li>人参 15</li> <li>ひじきもどしてみじん 1</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>なたね和え                             <ul style="list-style-type: none"> <li>ほうれん草 40g</li> <li>炒り卵 15</li> <li>人参 10</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>全がゆ90 ~ 軟飯90g</li> <li>鶏肉のほぐし煮                             <ul style="list-style-type: none"> <li>鶏肉ほぐし 35g</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>おひたし                             <ul style="list-style-type: none"> <li>小松菜 15g</li> <li>キャベツ 20</li> <li>人参 8</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>すまし汁                             <ul style="list-style-type: none"> <li>たまねぎ 20g</li> <li>出し汁、しょうゆ</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ぞうすい                             <ul style="list-style-type: none"> <li>全がゆ(軟飯) 90(90)g</li> <li>豚肉(赤身)みじん 15</li> <li>はくさい 30</li> <li>人参 10</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>くだもの 50g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ぞうすい                             <ul style="list-style-type: none"> <li>全がゆ(軟飯) 90(90)g</li> <li>鶏肉みじん 15</li> <li>玉ねぎ 30</li> <li>人参 10</li> <li>出し汁、砂糖、しょうゆ</li> </ul> </li> <li>くだもの 50g</li> </ul>

★必要に応じて出し汁や片栗粉で調整すること。

※献立は、その日の都合により変更することがあります。

※献立はあくまで目安であり、子どもの体調等により提供する食材や形態・量は異なります。