

2026年 4月 離乳食献立表

		初期(ごっくん期)	中期(もぐもぐ期)	後期(かみかみ期)	完了期
		5~6ヶ月	7~8ヶ月	9~11ヶ月	12~18ヶ月
日	曜	10倍粥・ミルク	7倍粥・ミルク	5倍粥	軟飯
1	水	人参ペースト キャベツペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・人参すりつぶし キャベツすりつぶし 鰹だしと野菜スープ	ささみ・人参柔らか煮 もやし・キャベツ・きゅうり柔らか煮 もやし・人参・玉ねぎ・春雨のスープ	鶏肝のしぐれ煮(生姜抜き) 豆苗の中華風サラダ(ハム抜き) 春雨スープ(干し椎茸抜き)
2	木	キャベツペースト 玉ねぎペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・キャベツすりつぶし 玉ねぎすりつぶし 鰹だしと野菜スープ	ささみ・人参・玉ねぎ柔らか煮 キャベツ・コーン・きゅうり柔らか煮 トマト缶・玉ねぎ・人参のスープ	鶏肉のレモンソースがけ コールスローサラダ トマトと卵のスープ
7	火	じゃが芋ペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・じゃが芋すりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎ・三度豆・じゃが芋柔らか煮 人参スティック キャベツ・椎茸・ピーマン・玉ねぎ・人参・もやしのスープ	栄養汁(生姜抜き) 人参スティック ジャーマンポテト(ベーコン抜き)
8	水	人参ペースト さつま芋ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・人参すりつぶし さつま芋マッシュ 煮干しだしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎ・ごぼう・椎茸柔らか煮 人参スティック さつま芋・わかめ・玉ねぎの味噌汁	おからの炒り煮(ちくわ・こんにやく抜き) 人参スティック さつま芋と玉ねぎの味噌汁
9	木	玉ねぎペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎすりつぶし 人参すりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	豚肉・キャベツ・人参・ピーマン柔らか煮 人参スティック わかめ・玉ねぎ・もやしの味噌汁	焼きそば 人参スティック もやしと玉ねぎの味噌汁
10	金	キャベツペースト じゃが芋ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・キャベツすりつぶし じゃが芋マッシュ 鰹だしと野菜スープ	ささみ・きゅうり・キャベツ・人参・コーン柔らか煮 じゃが芋スティック 玉ねぎ・人参のスープ	チキンカレー じゃが芋スティック きゅうりとツナのサラダ
13	月	玉ねぎペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎすりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎ・ピーマン・人参・スパゲティ柔らか煮 人参スティック もやし・人参のスープ	ナポリタンスパゲティ(ウインナー抜き) 人参スティック もやしスープ(干し椎茸抜き)
14	火	玉ねぎペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎすりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	ささみ・春雨・きゅうり・もやし・コーン・玉ねぎ柔らか煮 人参スティック 玉ねぎ・人参・椎茸のスープ	親子汁(蒲鉾抜き) 人参スティック 春雨サラダ(ハム抜き)
15	水	豆腐ペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	豆腐・玉ねぎすりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	豚ミンチ・玉ねぎ・人参・ じゃが芋 柔らか煮 人参スティック ツナ・レタス・玉ねぎ・人参のスープ	麻婆豆腐(生姜・にんにく抜き) 人参スティック レタススープ(干し椎茸抜き)
16	木	小松菜ペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・小松菜すりつぶし 人参すりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	豚肉・キャベツ・玉ねぎ・もやし・ピーマン・ピーン柔らか煮 人参スティック わかめ・小松菜・玉ねぎの味噌汁	野菜ビーフン 人参スティック 小松菜と油揚げの味噌汁
17	金	キャベツペースト じゃが芋ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・キャベツすりつぶし じゃが芋マッシュ 煮干しだしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎ・三度豆・人参柔らか煮 じゃが芋スティック キャベツ・玉ねぎの味噌汁	鶏じゃが(こんにやく抜き) じゃが芋スティック キャベツと玉ねぎの味噌汁
20	月	玉ねぎペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎすりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	ささみ・人参・玉ねぎ・ピーマン・マカロニ・トマト缶柔らか煮 人参スティック えのき・玉ねぎ・人参のスープ	鶏肉と大豆のトマト煮 人参スティック えのきとベーコンのスープ(ベーコン抜き)
21	火	ほうれん草ペースト じゃが芋ペースト 昆布だしと野菜スープ	白身魚・ほうれん草すりつぶし じゃが芋マッシュ 煮干しだしと野菜スープ	白身魚の煮付け ほうれん草・人参・もやし柔らか煮 玉ねぎ・じゃが芋の味噌汁	鮭の塩焼き ナムル魚煮浸し(生姜抜き) じゃが芋と玉ねぎの味噌汁
22	水	豆腐ペースト キャベツペースト 昆布だしと野菜スープ	豆腐・人参すりつぶし キャベツのすりつぶし 鰹だしと野菜スープ	ささみ・人参・ひじき柔らか煮 キャベツ・人参・きゅうり柔らか煮 豆腐・わかめ・えのき・なめこの味噌汁	赤飯 卵焼き 塩昆布和え 豆腐の赤だし
23	木	玉ねぎペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎすりつぶし 人参すりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	豚肉・干切り大根・玉ねぎ・三度豆柔らか煮 人参スティック わかめ・玉ねぎ・麩の味噌汁	干切り大根と豚肉の炒め煮 人参スティック 麩と玉ねぎの味噌汁
24	金	ほうれん草ペースト じゃが芋ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・ほうれん草すりつぶし じゃが芋マッシュ 鰹だしと野菜スープ	豚ミンチ・玉ねぎ・人参・三度豆柔らか煮 じゃが芋スティック わかめ・えのき・ほうれん草・人参のスープ	厚揚げと野菜のそぼろ煮(干し椎茸・にんにく・生姜抜き) じゃが芋スティック ほうれん草の澄まし汁
27	月	大根ペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・大根すりつぶし 人参すりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	豚肉・ピーマン・もやし・じゃが芋柔らか煮 人参スティック わかめ・大根・人参の味噌汁	豚肉とじゃが芋の炒め物(竹の子抜き) 人参スティック 大根と人参の味噌汁
28	火	キャベツペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	白身魚・キャベツすりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	白身魚の煮付け もやし・人参・キャベツ柔らか煮 玉ねぎ・人参・チンゲン菜のスープ	鯖の塩焼き ネバネバ和え むらくも汁
30	木	じゃが芋 ペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・ じゃが芋 すりつぶし 人参すりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	牛肉・人参・ごぼう・ じゃが芋 柔らか煮 人参スティック 豆腐・えのき・わかめの味噌汁	五目きんぴら(ちくわ・こんにやく抜き) 人参スティック えのきと豆腐の味噌汁

☆月齢は目安です。お子様の離乳食の進み具合に合わせて担任とご相談下さい。
 ☆食材は、予定ですので一部変更することがあります。
 ☆完了食のハム・ベーコンはツナに変わります。
 ☆完了食については普通献立表を参考に比べて下さい。
 ☆完了食で軟飯のお子様には行事献立の味つけご飯は提供しておりません。