

2025年

8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	金	玉ねぎペースト ほうれん草ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎすりつぶし ほうれん草すりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	鶏ミンチ・人参・玉ねぎ柔らか煮 ほうれん草・人参・もやし柔らか煮 麩・わかめ・玉ねぎの味噌汁	つくねの照り焼き(生姜抜き) ナムル風煮浸し(生姜抜き) 麩とわかめの味噌汁
4	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・ミックスベジタブル・玉ねぎ柔らか煮 人参スティック 人参・冬瓜・椎茸のスープ	あゆみ汁(ちくわ・生姜・こんにゃく抜き) 人参スティック 高野豆腐と干し椎茸の含め煮(干し椎茸抜き)
5	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 人参・きゅうり・キャベツ・スパゲティ柔らか煮 豆腐・もずく・人参のスープ	白身魚の甘酢あんかけ スパゲティサラダ(ハム抜き) もずくスープ
6	水	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・玉ねぎ柔らか煮 なす・黄パプリカ・トマト・ピーマン柔らか煮 玉ねぎ・人参・レタスのスープ	とうもろこしご飯 鶏肉のレモンソースかけ ラタトゥユ(にんにく抜き) レタスと卵のスープ
7	木	キャベツペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・キャベツすりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	豚肉・きゅうり・もやし・キャベツ・玉ねぎ柔らか煮 人参スティック 千切り大根・人参・えのきのスープ	冷しゃぶサラダ 人参スティック 千切り大根のスープ(にんにく抜き)
8	金	人参ペースト じゃが芋ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・人参すりつぶし じゃが芋マッシュ 鰹だしと野菜スープ	豚肉・ごぼう・きゅうり・人参柔らか煮 じゃが芋スティック 玉ねぎ・人参のスープ	ポークカレー じゃが芋スティック れんこん入りごぼうサラダ
12	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	ささみ・キャベツすりつぶし 人参すりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	豚肉・人参・ピーマン・キャベツ・うどん柔らか煮 人参スティック わかめ・なす・玉ねぎの味噌汁	焼うどん 人参スティック なすと油揚げの味噌汁
18	月	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 煮干しだしと野菜スープ	ささみ・千切り大根・玉ねぎ柔らか煮 人参スティック 豆腐・わかめ・玉ねぎ・人参の味噌汁	千切り大根とベーコンの炒め煮(ベーコン抜き) 人参スティック 豆腐と玉ねぎの味噌汁
19	火	玉ねぎペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	白身魚・玉ねぎすりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	白身魚の煮付け 人参・きゅうり・もやし柔らか煮 ツナ・わかめ・玉ねぎ・人参・もやしのスープ	鮭の塩焼き バンバンジー わかめスープ
20	水	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	豚肉・キャベツ・玉ねぎ・ピーマン柔らか煮 人参スティック わかめ・玉ねぎの澄まし汁	豚肉と野菜の味噌炒め(生姜・にんにく抜き) 人参スティック かきたま汁(蒲鉾抜き)
21	木	豆腐ペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	豆腐・チンゲン菜すりつぶし 人参すりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	豚肉・玉ねぎ・人参・チンゲン菜柔らか煮 人参スティック えのき・玉ねぎの味噌汁	五目豆腐(干し椎茸・生姜抜き) 人参スティック えのきと油揚げの味噌汁
22	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・キャベツ・玉ねぎ・人参柔らか煮 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 フレンチドレッシングサラダ(ハム抜き)
25	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	ツナ・玉ねぎ・トマト缶・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	トマトとツナのスパゲティ(にんにく・生姜抜き) 人参スティック もやしスープ(ベーコン・干し椎茸抜き)
26	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 キャベツ・きゅうり・人参柔らか煮 わかめ・椎茸のスープ	鯖の胡麻照り焼き(生姜抜き) キャベツときゅうりのおかか和え はんぺんの澄まし汁(はんぺん抜き)
27	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・人参すりつぶし 玉ねぎすりつぶし 鰹だしと野菜スープ	牛肉・ピーマン・もやし柔らか煮 人参スティック 豆腐・人参・玉ねぎのスープ	チンジャオロース(竹の子抜き) 人参スティック 豆腐とニラのスープ
28	木	玉ねぎペースト 人参ペースト さつま芋ペースト	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	豚肉・春雨・きゅうり・もやし・コーン柔らか煮 人参スティック なす・玉ねぎの味噌汁	どうがめ汁(生姜抜き) 人参スティック 春雨サラダ(ハム抜き)
29	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・人参・三度豆柔らか煮 じゃが芋スティック 玉ねぎ・キャベツの味噌汁	鶏じゃが(こんにゃく抜き) じゃが芋スティック キャベツと玉ねぎの味噌汁

☆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。