

令和7年12月

離乳食予定献立表



日	曜日	離乳食3	離乳食4
		9～11か月頃	12～18か月頃
1 ・ 15	月	あんかけ粥 (米・豚挽肉・人参・玉葱・じゃが芋)ほぐし	ミルクカレーライス
		くたくたキャベツとパプリカのしらす和え	ポパイサラダ(刻 み)
		ほうれん草のスープ	
		ミルク	果物
		ミルク	牛乳
2 ・ 16	火	赤ちゃん菓子	赤ちゃん菓子
		パン	パン
		ささみの薄くず煮ほぐし	鶏肉のママレード焼き(刻 み)
		ブロッコリーとカリフラワーの軟らか煮(人参)	ブロッコリーのソテー(刻 み)
		春雨スープ(青梗菜)	春雨スープ(刻 み)
3 ・ 17	水	ミルク	果物
		ミルク	牛乳
		じゃこ粥(米・じゃこ)	おかかチーズおにぎり
		5倍粥	軟飯～ごはん
		鮭の薄くず煮ほぐし	鮭フライ(刻 み)
4 ・ 18	木	野菜の軟らか煮(キャベツ・きゅうり・人参)	キャベツサラダ(刻 み)
		味噌汁(かぶ・わかめ)	味噌汁(刻 み)
		ミルク	果物
		ミルク	牛乳
		プレーンヨーグルト	フルーツヨーグルト
5 ・ 19	金	くたくた練馬スパゲッティ (パスタ・大根・ツナ・海苔)ほぐし	練馬スパゲッティ
		ポテトサラダ(じゃが芋・人参・いんげん)	ポテトサラダ(刻 み)
		チキンスープ(小松菜・白菜)	チキンスープ(刻 み)
		ミルク	果物
		ミルク	牛乳
6 ・ 20	土	彩り粥(米・鶏挽肉・人参・玉葱・グリンピース)	ピラフ
		5倍粥	軟飯～ごはん
		ささみの薄くず煮(長葱)ほぐし	鶏肉の葱味噌焼き(刻 み)
		里芋と人参・いんげんの軟らか煮	野菜の炊き合わせ(刻 み)
		清汁(小松菜)	清汁(刻 み)
8 ・ 22	月	ミルク	果物
		ミルク	牛乳
		赤ちゃん菓子	ディアマンクッキー
		肉野菜粥 (米・豚挽肉・玉葱・人参・もやし・ニラ)ほぐし	スタミナ丼
		清汁(ほうれん草・豆腐・長葱)	清汁(刻 み)
8 ・ 22	月	ミルク	果物
		ミルク	牛乳
		赤ちゃん菓子	ウエハース せんべい
		5倍粥	軟飯～ごはん
		ささみの青のり薄くず煮ほぐし	のり塩チキン(刻 み)
8 ・ 22	月	野菜の軟らか煮(ほうれん草・人参・もやし・パプリカ・おかか)	ほうれん草のお浸し(刻 み)
		味噌汁(南瓜・豆腐・長葱)	味噌汁(刻 み)
		ミルク	果物
		ミルク	牛乳
		お麩のきなこミルク煮(麩・牛乳・砂糖・バター・きなこ)	お麩のきなこミルク煮(麩・牛乳・砂糖・バター・きなこ)

※離乳食4の分量については乳児食の8割からを目安とし、刻み食です。

※離乳食の始まりや、献立の移行期などは、個別に配慮して内容を変更することがあります。

令和7年12月

離乳食予定献立表

日	曜日	離乳食3	離乳食4
		9～11か月頃	12～18か月頃 
9	火	パン 鶏肉団子の薄く煮ほぐし 切干大根と人参・ピーマンのくたくた煮 野菜スープ(キャベツ・もやし・小松菜) ミルク	パン ポークチャップ(刻み) 切干ペペロンチーノ(刻み) 野菜スープ(刻み) 果物
		ミルク じゃこ粥	牛乳 ごはんのおとも飯
23	火	ミートドリア風粥 (米・豚挽肉・人参・玉葱・ピーマン・なす・トマト缶)ほぐし ブロッコリーとじゃが芋の軟らか煮 キャベツスープ(人参) ミルク	ミートドリア ごまネーズサラダ(刻み) キャベツとしめじのスープ(刻み) 果物
		ミルク 赤ちゃん菓子	牛乳 クリスマスケーキ
10 ・ 24	水	5倍粥 白身魚の薄く煮ほぐし 人参とピーマンの軟らか煮 味噌汁(大根・小葱) ミルク	軟飯～ごはん 煮魚(刻み) 五目金平(刻み) 味噌汁(刻み) 果物
		ミルク ⑩ふかし芋 ⑭赤ちゃん菓子	牛乳 ⑩いもきん ⑭干し芋 おせんべい
11	木	5倍粥 鶏肉団子の薄く煮ほぐし 野菜の軟らか煮(キャベツ・きゅうり・パプリカ) 味噌汁(白菜・ニラ) ミルク	天丼 野菜のゆず和え(刻み) 生姜味噌汁(刻み) 果物
		ミルク スポンジケーキ	牛乳 みかんのミニケーキ
25	木	5倍粥 鶏肉団子の薄く煮ほぐし ブロッコリーとカリフラワーの軟らか煮 洋風味噌汁(コーン・キャベツ・もやし・豆乳) 果物	軟飯～ごはん レバーの竜田揚げ ケチャップ(刻み) 花野菜サラダ(刻み) 洋風味噌汁(刻み) 果物
		ミルク コーンフレーク粥	牛乳 コーンフレーク
12 ・ 26	金	納豆粥 肉じゃが(じゃが芋・豚挽肉・人参・玉葱) 味噌汁(小松菜・長葱) ミルク	そぼろ納豆ごはん 肉じゃが(刻み) 味噌汁(刻み) 果物
		ミルク 赤ちゃん菓子	牛乳 ⑫あんみつ ⑮ゼリー おせんべい
13 ・ 27	土	鶏にんじん粥 (米・鶏挽肉・人参・いんげん)ほぐし 南瓜の軟らか煮 味噌汁(青梗菜・豆腐・長葱) ミルク	鶏ごぼうごはん 青梗菜の炒め物(刻み) 味噌汁(刻み) 果物
		ミルク 赤ちゃん菓子	牛乳 ポテト

※離乳食4の分量については乳児食の8割からを目安とし、刻み食です。
 ※離乳食の始まりや、献立の移行期などは、個別に配慮して内容を変更することがあります。
 ※赤ちゃん菓子には、ハイハイ・マンナ・かぼちゃボーロ・ぽんせん等を予定しています。