

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

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 鶏肉団子の薄くず煮ほぐし 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 ミルク じゃこ粥		パン パークチャップ(刻み) 切干ペペロンチーノ(刻み) 野菜スープ(刻み) 果物 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 プ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 ミルク 赤ちゃん菓子		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 牛乳 クリスマスケーキ	
10 ・ 24	水	5倍粥 白身魚の薄くず煮ほぐし 人参とピーマンの軟らか煮 味噌汁(大根・小葱) ミルク ミルク ⑩ふかし芋 ⑫赤ちゃん菓子		軟飯～ごはん 煮魚(刻み) 五目金平(刻み) 味噌汁(刻み) 果物 牛乳 ⑩いもきん ⑫干し芋 おせんべい	
11	木	5倍粥 鶏肉団子の薄くず煮ほぐし 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 ミルク スponジケーキ		天丼 野菜のゆず和え(刻み) 生姜味噌汁(刻み) 果物 牛乳 みかんのミニケーキ	
25	木	5倍粥 鶏肉団子の薄くず煮ほぐし プ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 ミルク コーンフレーク粥		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 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 ミルク 赤ちゃん菓子		そぼろ納豆ごはん 肉じゃが(刻み) 味噌汁(刻み) 果物 牛乳 ⑫あんみつ ⑯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 ミルク 赤ちゃん菓子		鶏ごぼうごはん 青梗菜の炒め物(刻み) 味噌汁(刻み) 果物 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できます。

※赤ちゃん菓子には、ハイハイ・マンナ・かぼちゃボーロ・ぱんせん等を予定しています。