

令和8年9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	火	ひじき粥(災害備蓄品)	ひじきごはん～軟飯(災害備蓄品)
		0	
		薄めけんちん汁(災害備蓄品)	けんちん汁刻み(災害備蓄品)
		ミルク	果物
2 ・ 16	水	ミルク	牛乳
		赤ちゃん菓子	赤ちゃん菓子
		パン	パン
		鮭のポテト煮ほぐし	魚のポテト焼き(刻み)
		野菜の軟らか煮(ブロッコリー・カリフラワー・人参)	ブロッコリーのサラダ(刻み)
3	木	トマトスープ(キャベツ・玉葱)	トマトスープ(刻み)
		ミルク	果物
		ミルク	牛乳
		ごまわかめ粥	わかめおにぎり
		チキン粥	焼き鳥丼
17	木	(米・ささみ・キャベツ・人参・のり)ほぐし	0きのこ汁(刻み)
		味噌汁(大根・長葱・豆腐)	
		ミルク	果物
		ミルク	牛乳
		ふかし芋	ふかし芋
4 ・ 18	金	5倍粥	軟飯～ごはん
		ささみの薄く煮ほぐし	鶏のからあげ(刻み)
		野菜の軟らか煮(キャベツ・きゅうり・人参)	コールスローサラダ(刻み)
		味噌汁(豆腐・大根)	味噌汁(刻み)
		ミルク	果物
5 ・ 19	土	ミルク	牛乳
		赤ちゃん菓子	焼きりんご 赤ちゃん菓子
		5倍粥	軟飯～ごはん
		鶏肉団子の薄く煮ほぐし	ポークチャップ(刻み)
		野菜の軟らか煮(もやし・きゅうり・人参)	ひじきのサラダ(刻み)
7 ・ 28	月	野菜スープ(キャベツ・コーン)	コンソメスープ(刻み)
		ミルク	果物
		ミルク	牛乳
		ごまきなこパン(食パン・ごまきなこ・砂糖・バター)	ごまきなこトースト
		チキン粥	エビピラフ
5 ・ 19	土	(米・鶏挽肉・玉葱・パプリカ・いんげん)ほぐし	
		ポトフ	ポトフ(刻み)
		(じゃが芋・ブロッコリー・玉葱・人参)	
		ミルク	果物
		ミルク	牛乳
7 ・ 28	月	赤ちゃん菓子	クラッカー あられ
		5倍粥	軟飯～ごはん
		ささみの薄く煮ほぐし	モチコチキン(刻み)
		ほうれん草と人参の軟らか煮	高野豆腐と青菜の胡麻和え(刻み)
		味噌汁(白菜・玉葱・わかめ)	味噌汁(刻み)
7 ・ 28	月	ミルク	果物
		ミルク	牛乳
		赤ちゃん菓子	ビタミンゼリー

※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8年9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
8 ・ 29	火	肉うどん (うどん・ささみ・人参・玉葱)ほぐし ぽてぽて軟らか煮 (じゃが芋・さつま芋・人参・きゅうり)	肉うどん
		ミルク	ポテポテサラダ(刻み)
		ミルク	果物
		人参粥	牛乳
			子ぎつねごはん
9 ・ 30	水	5倍粥 鮭の薄くず煮ほぐし お豆と野菜の軟らか煮(人参・いんげん) 味噌汁(長葱)	軟飯～ごはん 魚の塩焼き(刻み) 五目ひじき(刻み) 味噌汁(刻み)
		ミルク	果物
		ミルク	牛乳
		赤ちゃん菓子	ポップコーン
10 ・ 24	木	麻婆茄子丼風粥 (米・鶏挽肉・なす・長葱・人参)ほぐし 冬瓜とコーンの軟らか煮 豆腐スープ	麻婆茄子丼
		ミルク	ナムル(刻み)
		ミルク	冬瓜のスープ(刻み)
		赤ちゃん菓子	果物
			牛乳
11 ・ 25	金	5倍粥 ささみのクリームコーン煮ほぐし キャベツとかぶの軟らか煮 味噌汁(里芋・小松菜・豆腐)	軟飯～ごはん 鶏肉のクリームコーン焼き(刻み) キャベツの塩昆布和え(刻み) 味噌汁(刻み)
		ミルク	果物
		ミルク	牛乳
		①赤ちゃん菓子 ②きなこ粥	①フルーツムース ②おはぎ
12 ・ 26	土	あんかけトマト粥 (米・鶏挽肉・玉葱・人参・トマト缶)ほぐし 野菜の軟らか煮 (キャベツ・きゅうり・コーン・じゃが芋・ブロッコリー)	ハヤシライス
		ミルク	こぶサラダ(刻み)
		ミルク	果物
		赤ちゃん菓子	牛乳
			お米de菓子
14 月		5倍粥 なすと豆腐とそぼろあんかけ(鶏挽肉・人参)ほぐし 南瓜とズッキーニの軟らか煮 味噌汁(キャベツ・長葱・わかめ)	軟飯～ごはん なすの甘辛挽肉炒め(刻み) 焼き野菜(刻み) 味噌汁(刻み)
		ミルク	果物
		ミルク	牛乳
		コーンフレーク粥(牛乳)	コーンフレークバー
15 火		5倍粥 ささみの薄くず煮(長葱)ほぐし 切干大根の軟らか煮(人参・きゅうり) 清汁(豆腐)	軟飯～ごはん 鶏肉の葱味噌焼き(刻み) 切干大根のサラダ(刻み) 清汁(刻み)
		ミルク	果物
		ミルク	牛乳
		プレーン蒸しケーキ(小麦粉・BP・砂糖・牛乳・バター)	ココア蒸しケーキ

※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。