



4月 離乳食 献立表



令和8年

きららうえばる保育園

日	曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月 中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月 後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月	ヨーグルト状(ペースト) 豆腐の固さ(マッシュ) バナナの固さ(柔らかく刻む)	果物	おやつ (3回食から)
1	水	初期	つぶし粥 野菜ペースト キャベツサラダマッシュ オニオンスープ	オレンジ果汁	野菜おじや
		中期	全粥 野菜のつぶし煮 キャベツつぶしサラダ オニオンスープ	オレンジ	
		後期	軟飯 野菜の煮物 キャベツサラダ オニオンスープ		
2	木	初期	つぶし粥 野菜ペースト ブロッコリーサラダマッシュ オニオンスープ	バナナ果汁	野菜おじや
		中期	全粥 野菜のつぶし煮 ブロッコリーつぶしサラダ オニオンスープ	バナナ	
		後期	軟飯 野菜の煮物 ブロッコリーサラダ オニオンスープ		
3	金	初期	つぶし粥 野菜ペースト キャベツ煮ペースト 大根スープ	オレンジ果汁	野菜おじや
		中期	全粥 野菜のつぶし煮 キャベツのつぶし煮 大根スープ	オレンジ	
		後期	軟飯 野菜の煮物 キャベツの煮びたし 大根スープ		
4	土	初期	つぶし粥 野菜のすり流し さつま芋ペースト オニオンスープ	バナナ果汁	野菜おじや
		中期	全粥 野菜のつぶし煮 さつま芋つぶし煮 オニオンスープ	バナナ	
		後期	軟飯 野菜煮 さつま芋煮物 オニオンスープ		
6	月	初期	つぶし粥 豆腐のすり流し マッシュポテト 南瓜スープ	オレンジ果汁	南瓜おじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 豆腐のつぶし煮 マッシュポテト 南瓜スープ	オレンジ	
		後期	軟飯 豆腐の煮物 マッシュポテト 南瓜スープ		
7	火	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 白菜サラダマッシュ 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	野菜おじや 南瓜スープ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 白菜つぶしサラダ 豆腐のすまし汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 白菜サラダ 豆腐のすまし汁		
8	水	初期	全粥 魚と野菜のすり流し さつま芋ペースト 小松菜スープ	バナナ果汁	野菜おじや さつま芋スープ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 さつま芋つぶし煮 小松菜スープ	バナナ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 さつま芋の煮物 小松菜スープ		
9	木	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し じゃが芋ペースト 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	豆腐おじや じゃが芋スープ
		中期	全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 豆腐のすまし汁	バナナ	
		後期	軟飯 白身魚の野菜煮 じゃが芋の煮物 豆腐のすまし汁		
10	金	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し 南瓜ペースト 白菜スープ	オレンジ果汁	野菜おじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 南瓜つぶし煮 白菜スープ	オレンジ	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 南瓜の煮物 白菜スープ		
11	土	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し マッシュポテト ほうれん草スープ	バナナ果汁	野菜おじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 マッシュポテト ほうれん草スープ	バナナ	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 マッシュポテト ほうれん草スープ		
13	月	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し キャベツの和え物マッシュ 豆腐のすり流し汁	オレンジ果汁	豆腐おじや キャベツスープ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 キャベツのつぶしあえ 豆腐のみそ汁	オレンジ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 キャベツの和え物 豆腐のみそ汁		
14	火	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し さつま芋ペースト すましスープ	バナナ果汁	さつま芋おじや オニオンスープ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 さつま芋つぶし煮 つぶしソーメン汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 さつま芋の煮物 ソーメン汁		
15	水	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し 大根の和え物マッシュ すましスープ	オレンジ果汁	ツナおじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 大根のつぶしあえ つぶしうどん汁	オレンジ	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 大根の和え物 うどん汁		
16	木	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 南瓜ペースト 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	バナナパンケーキ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 南瓜つぶし煮 豆腐のすまし汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 南瓜の煮物 豆腐のすまし汁		
17	金	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ほうれん草の和え物マッシュ キャベツスープ	バナナ果汁	ツナおじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 魚のつぶし煮 ほうれん草のつぶしあえ キャベツのみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚の煮物 ほうれん草の和え物 キャベツのみそ汁		
18	土	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し さつま芋ペースト オニオンスープ	バナナ果汁	さつま芋おじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 豆腐のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 オニオンスープ	バナナ	
		後期	軟飯 豆腐の煮物 さつま芋の煮物 オニオンスープ		
20	月	初期	つぶし粥 野菜ペースト ポテトサラダペースト 豆腐のすり流し汁	オレンジ果汁	鶏おじや 南瓜スープ
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 ポテトサラダマッシュ 豆腐のすまし汁	オレンジ	
		後期	軟飯 鶏肉の煮物 ポテトサラダ 豆腐のすまし汁		
21	火	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 豆腐のすり流し 大根スープ	バナナ果汁	豆腐おじや 南瓜スープ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 豆腐のつぶし煮 大根のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 豆腐のいり煮 大根のみそ汁		
22	水	初期	つぶし粥 ささみと野菜のすり流し キャベツサラダマッシュ 豆腐のすり流し汁	オレンジ果汁	ササミおじや じゃが芋スープ
		中期	全粥 ささみと野菜のつぶし煮 キャベツつぶしサラダ 豆腐のすまし汁	オレンジ	
		後期	軟飯 ささみの野菜煮 キャベツサラダ 豆腐のすまし汁		
23	木	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 大根の和え物マッシュ すましスープ	バナナ果汁	おじや 大根スープ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 大根のつぶしあえ ゆし豆腐	バナナ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 大根の和え物 ゆし豆腐		
24	金	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 小松菜の和え物マッシュ 豆腐のすり流し汁	オレンジ果汁	豆腐おじや 大根スープ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 小松菜のつぶしあえ 豆腐のみそ汁	オレンジ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 小松菜の和え物 豆腐のみそ汁		
25	土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ 野菜スープ	バナナ果汁	鶏おじや オニオンスープ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 ポテつぶしサラダ つぶし鶏汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 ポテトサラダ 鶏汁		
27	月	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し 南瓜サラダマッシュ じゃが芋スープ	オレンジ果汁	豆腐おじや 南瓜スープ
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 南瓜つぶしサラダ じゃが芋スープ	オレンジ	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 南瓜サラダ じゃが芋スープ		
28	火	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し さつま芋ペースト 大根スープ	バナナ果汁	芋粥 大根スープ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 大根のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚と野菜の煮物 さつま芋の煮物 大根のみそ汁		
30	木	初期	つぶし粥 野菜ペースト ブロッコリー煮マッシュ 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	ササミおじや じゃが芋スープ
		中期	全粥 ささみと野菜のつぶし煮 ブロッコリーのつぶし煮 豆腐のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 ささみの野菜煮 ブロッコリーの軟らか煮 豆腐のみそ汁		

※ 食材の都合により献立を変更する事があります。
 ※ 離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整しています。
 ※ 4月29日(水)は昭和の日でお休みです。