

# 2026年 4月 離乳食予定献立表

この花ナースリ ・ この花KidsRoom

日付	時間帯	後期食 (9~11ヶ月頃) なめらかにすりつぶしたペースト状	中期食 (7~8ヶ月頃) 舌でつぶせるくらいの固さ	初期食 (5~6ヶ月頃) 歯茎でつぶせるくらいの固さ	主な材料
01(水)	昼食	おかゆ 焼きそば(ほくし) 大根の煮物 かつおだし汁	おかゆ 白身魚の煮物 大根の煮物 かつおだし汁	おかゆ 白身魚ペースト 大根・にんじんペースト かつおだし汁	＊ そば 塩 だいこん にんじん だし汁 しょうゆ(大豆・小麦) だし汁 ＊ ほうれんそう にんじん だし汁 しょうゆ(大豆・小麦)
	おやつ	野菜雑炊			＊
02(木)	昼食	おかゆ 豚肉と野菜のトマト煮 ほうれん草としらすの煮物 ゆし豆腐汁	おかゆ 野菜のトマト煮 ほうれん草としらすの煮物 ゆし豆腐汁	おかゆ じゃがいもペースト ほうれん草ペースト かつおだし汁	＊ 鶏肉 じゃがいも ビーマン たまねぎ にんじん トマト だし汁 コンソメ(小麦・乳・牛・大豆・糖) かりん ほうれんそう しらす干し だし汁 しょうゆ(大豆・小麦) 豆腐 だし汁
	おやつ	一口おにぎり(わかめ)			＊ わかめ
03(金)	昼食	おかゆ 鶏ひき肉のつくね煮 豚肉と大根の煮物 みそ汁(玉ねぎ)	おかゆ かぼちゃのそぼろ煮 大根の煮物 みそ汁(玉ねぎ)	おかゆ かぼちゃペースト にんじんペースト かつおだし汁	＊ 鶏ひき肉 たまねぎ 塩 だし汁 しょうゆ(大豆・小麦) 砂糖 豚肉 だいこん にんじん いんげん だし汁 しょうゆ (大豆・小麦) たまねぎ だし汁 みそ
	おやつ	にんじん粥			＊ にんじん だし汁 しょうゆ(大豆・小麦)
04(土)	昼食	おかゆ 豆乳シチュー キャベツとツナの煮物 かつおだし汁	おかゆ 豆乳シチュー キャベツとツナの煮物 かつおだし汁	おかゆ ポテトペースト ブロッコリーペースト かつおだし汁	＊ 鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんじん ブロッコリー だし汁 豆腐 コンソメ(小麦・乳・牛・大豆・糖) キャベツ にんじん ツナ魚 だし汁 しょうゆ(大豆・小麦) だし汁
	おやつ	野菜雑炊			＊ ほうれんそう にんじん だし汁 しょうゆ(大豆・小麦)
06(月)	昼食	野菜煮込みうどん ほうれん草と豆腐の煮物 バナナ(スライス)	野菜煮込みうどん ほうれん草と豆腐の煮物 バナナ(つぶし)	おかゆ 豆腐のつぶし煮 ほうれんそうペースト かつおだし汁	＊ うどん(小麦) ツナ たまねぎ にんじん いんげん だし汁 しょうゆ(大豆・小麦) 豆腐 ほうれんそう 豆腐 だし汁 しょうゆ(大豆・小麦) バナナ
	おやつ	おにぎり(おかか)			＊ かつお節
07(火)	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜のトマト煮 キャベツとツナの煮物 玉ねぎスープ	おかゆ 鶏肉と野菜のトマト煮 キャベツとツナの煮物 玉ねぎスープ	おかゆ じゃがいもペースト キャベツ・トマトペースト かつおだし汁	＊ 鶏肉 じゃがいも にんじん たまねぎ ホールトマト だし汁 コンソメ(小麦・乳・牛・大豆・糖) かりん キャベツ にんじん ツナ魚 だし汁 しょうゆ(大豆・小麦) たまねぎ だし汁 コンソメ(小麦・乳・牛・大豆・糖)
	おやつ	ヨーグルト 食パン			＊ ヨーグルト(乳) 食パン(小麦・乳)
08(水)	昼食	おかゆ 鶏肉と大根の煮物 かぼちゃの甘煮 みそ汁(もずく)	おかゆ 鶏肉と大根の煮物 かぼちゃの甘煮 かつおだし汁	おかゆ 大根・にんじんペースト かぼちゃペースト かつおだし汁	＊ 鶏肉 だいこん にんじん いんげん だし汁 しょうゆ (大豆・小麦) かぼちゃ だし汁 しょうゆ(大豆・小麦) 砂糖 もずく だし汁 みそ
	おやつ	野菜雑炊			＊ こまつな にんじん だし汁 しょうゆ(大豆・小麦)
09(木)	昼食	おかゆ 白身魚とじゃがいもの煮物 いり豆腐煮 みそ汁(だいこん)	おかゆ 白身魚とじゃがいもの煮物 いり豆腐煮 みそ汁(だいこん)	おかゆ 白身魚とポテトのペースト ほうれん草ペースト かつおだし汁	＊ キング じゃがいも だし汁 しょうゆ(大豆・小麦) 豆腐 ほうれんそう にんじん だし汁 しょうゆ(大豆・小麦) だいこん だし汁 みそ
	おやつ	一口おにぎり(ツナ)			＊ ツナ しょうゆ(大豆・小麦)
10(金)	昼食	おかゆ 豆腐とツナのとろみ煮 さつまいもとひじきの煮物 みそ汁(とうがん)	おかゆ 豆腐とツナのとろみ煮 さつまいもマッシュ みそ汁(とうがん)	おかゆ 豆腐のつぶし煮 さつまいもペースト かつおだし汁	＊ 豆腐 ツナ魚 たまねぎ にんじん ビーマン だし汁 しょうゆ(大豆・小麦) 片栗粉 さつまいも ひじき だし汁 しょうゆ(大豆・小麦) 砂糖 とうがん だし汁 みそ
	おやつ	野菜煮込みうどん			＊ うどん(小麦) ツナ にんじん ほうれんそう だし汁 しょうゆ(大豆・小麦)
11(土)	昼食	おかゆ 白菜のやわらか煮 マッシュポテト みそ汁(だいこん)	おかゆ 白菜のやわらか煮 マッシュポテト みそ汁(だいこん)	おかゆ にんじんペースト ポテトペースト かつおだし汁	＊ 鶏ひき肉 はくさい にんじん たまねぎ だし汁 しょうゆ (大豆・小麦) 片栗粉 じゃがいも だし汁 ありのり だいこん だし汁 みそ
	おやつ	バナナ せんべい			＊ バナナ せんべい
13(月)	昼食	そぼろあんかけ丼 大根の煮物 みそ汁(豆腐) りんご(おろし煮)	そぼろあんかけ丼 大根の煮物 みそ汁(豆腐) りんご(おろし煮)	おかゆ 豆腐のつぶし煮 大根・にんじんペースト かつおだし汁	＊ 鶏ひき肉 にんじん たまねぎ だし汁 しょうゆ(大豆・小麦) 片栗粉 だいこん にんじん いんげん だし汁 しょうゆ(大豆・小麦) 豆腐 だし汁 みそ りんご
	おやつ	きなこトースト			＊ 食パン(小麦・乳) 粉用ミルク きな粉
14(火)	昼食	おかゆ 白身魚のおろし煮 豆腐とキャベツの煮物 みそ汁(冬瓜)	おかゆ 白身魚のおろし煮 豆腐とキャベツの煮物 みそ汁(冬瓜)	おかゆ 白身魚のおろし煮 キャベツ・にんじんペースト かつおだし汁	＊ キング だいこん だし汁 しょうゆ(大豆・小麦) 片栗粉 豆腐 キャベツ にんじん だし汁 しょうゆ(大豆・小麦) とうがん だし汁 みそ
	おやつ	ツナ雑炊			＊ ツナ こまつな にんじん だし汁 しょうゆ(大豆・小麦)
15(水)	昼食	煮込みうどん かぼちゃのそぼろ煮 ヨーグルト	煮込みうどん かぼちゃのそぼろ煮 ヨーグルト	おかゆ ほうれん草ペースト かぼちゃペースト かつおだし汁	＊ うどん(小麦) しらす干し にんじん ほうれんそう だし汁 しょうゆ(大豆・小麦) かぼちゃ 鶏ひき肉 だし汁 しょうゆ(大豆・小麦) ヨーグルト(乳)
	おやつ	野菜雑炊			＊ キャベツ にんじん だし汁 しょうゆ(大豆・小麦)

\* 園行事、給食材料等の都合により献立を変更することがあります  
\* 新規アレルギー発症予防のため、園で初めて食べることがないよう食材の確認をお願いします

# 2026年 4月 離乳食予定献立表

この花ナーサリ ・ この花KidsRoom

日付	時間帯	後期食 (9~11ヶ月頃) なめらかにすりつぶしたペースト状	中期食 (7~8ヶ月頃) 舌でつぶせるくらいの固さ	初期食 (5~6ヶ月頃) 歯茎でつぶせるくらいの固さ	主な材料	
16(木)	昼食	<b>お誕生会 (お弁当)</b>				
	おやつ	鶏雑炊 バナナ			米 鶏ひき肉 ほうれんそう にんじん だし汁 しょうゆ (大豆・小麦) かりん バナナ	
17(金)	昼食	にんじん粥 豆腐のあんかけ ゆでさつまいも 玉ねぎスープ	にんじん粥 豆腐のあんかけ さつまいもマッシュ 玉ねぎスープ	おかゆ 豆腐のつぶし煮 さつまいもペースト かつおだし汁	米 豆腐 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん いんげん だし汁 しょうゆ (大豆・小麦) 片栗粉 さつまいも たまねぎ だし汁	
	おやつ	おにぎり (わかめ)			米 わかめ	
18(土)	昼食	おかゆ ササミの肉団子 (あんかけ) 大根の煮物 みそ汁 (白菜)	おかゆ ササミの肉団子 (あんかけ) 大根の煮物 みそ汁 (白菜)	おかゆ ほうれん草ペースト 大根・にんじんペースト かつおだし汁	米 ささみ だし汁 片栗粉 ほうれんそう だし汁 しょうゆ (大豆・小麦) 片栗粉 豚肉 だいこん にんじん いんげん だし汁 しょうゆ (大豆・小麦) ほくそい だし汁 みそ	
	おやつ	おにぎり (昆布)			米 こんぶ しょうゆ (大豆・小麦) かりん 三連糖	
20(月)	昼食	そぼろあんかけ丼 ポテトサラダ かつおだし汁 バナナ (スライス)	そぼろあんかけ丼 マッシュポテトサラダ かつおだし汁 バナナ (つぶし)	おかゆ ポテトペースト にんじんペースト かつおだし汁	おかゆ 鶏ひき肉 にんじん たまねぎ だし汁 しょうゆ (大豆・小麦) 片栗粉 じゃがいも キャベツ ほうろく マヨネーズ (ノンエッグ) だし汁 バナナ	
	おやつ	さつまいも粥			米 さつまいも	
21(火)	昼食	おかゆ 白身魚のコーンクリーム煮 鮭キャベツ煮 みそ汁 (大根・わかめ)	おかゆ 白身魚のコーンクリーム煮 鮭キャベツ煮 みそ汁 (大根・わかめ)	おかゆ 白身魚のコーンクリーム煮 キャベツペースト かつおだし汁	米 キング たまねぎ クリームコーン だし汁 コンソメ (小麦・乳・牛・大豆・糖) 鮭 キャベツ にんじん だし汁 しょうゆ (大豆・小麦) だいこん わかめ だし汁 みそ	
	おやつ	一口おにぎり (鮭)			米 鮭	
22(水)	昼食	おかゆ 野菜のそぼろ煮 かぼちゃの煮物 かつおだし汁	おかゆ 野菜のそぼろ煮 かぼちゃの煮物 かつおだし汁	おかゆ 大根・にんじんペースト かぼちゃペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 だいこん たまねぎ にんじん ビーマン だし汁 しょうゆ (大豆・小麦) 片栗粉 かぼちゃ だし汁 しょうゆ (大豆・小麦) だし汁	
	おやつ	きなこトースト			食パン (小麦・乳) 薄皮用ミルク きな粉	
23(木)	昼食	おかゆ 焼き鮭 (ほくし) とうがんと豆腐の煮物 みそ汁 (玉ねぎ・わかめ)	おかゆ 白身魚の煮物 とうがんと豆腐の煮物 みそ汁 (玉ねぎ・わかめ)	おかゆ 豆腐のつぶし煮 冬瓜・にんじんペースト かつおだし汁	米 さけ 塩 豆腐 とうがん にんじん いんげん だし汁 しょうゆ (大豆・小麦) 片栗粉 たまねぎ わかめ だし汁 みそ	
	おやつ	野菜雑炊			おかゆ ほうれんそう にんじん だし汁 しょうゆ (大豆・小麦)	
24(金)	昼食	そぼろあんかけ丼 大根のツナ煮 みそ汁 (豆腐) バナナ (スライス)	そぼろあんかけ丼 大根のツナ煮 みそ汁 (豆腐) バナナ (つぶし)	おかゆ 大根ペースト にんじんペースト かつおだし汁	おかゆ 鶏ひき肉 にんじん たまねぎ ビーマン だし汁 しょうゆ (大豆・小麦) 片栗粉 ツナ だいこん にんじん こまつな だし汁 しょうゆ (大豆・小麦) 豆腐 だし汁 みそ バナナ	
	おやつ	わかめ粥			おかゆ わかめ	
25(土)	昼食	おかゆ 豆腐のみそ煮 ゆでさつまいも みそ汁 (冬瓜)	豆腐のみそ煮 さつまいもマッシュ みそ汁 (冬瓜)	おかゆ 豆腐のつぶし煮 さつまいもペースト かつおだし汁	米 豆腐 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん だし汁 みそ しょうゆ (大豆・小麦) 片栗粉 さつまいも とうがん だし汁 みそ	
	おやつ	野菜雑炊			米 ほうれんそう にんじん だし汁 しょうゆ (大豆・小麦)	
27(月)	昼食	トマトスパゲティー 食パン キャベツとひじきのツナ煮 冬瓜スープ	おかゆ 野菜のトマト煮 キャベツのツナ煮 冬瓜スープ	おかゆ ポテト・トマトペースト キャベツペースト かつおだし汁	食パン (小麦・乳) マッシュポテト だし汁 コンソメ (小麦・乳・牛・大豆・糖) 食パン (小麦・乳) キャベツ ひじき ツナ だし汁 しょうゆ (大豆・小麦) とうがん だし汁	
	おやつ	焼きいも			さつまいも	
28(火)	昼食	おかゆ 鶏肉じゃが 豆腐とシバーの煮物 かつおだし汁	おかゆ 鶏肉じゃが 豆腐の煮物 かつおだし汁	おかゆ 豆腐のつぶし煮 にんじんペースト かつおだし汁	米 鶏肉 じゃがいも にんじん たまねぎ だし汁 しょうゆ (大豆・小麦) 豆腐 餅シバー こまつな だし汁 しょうゆ (大豆・小麦) だし汁	
	おやつ	おにぎり (わかめ)			米 わかめ	
30(木)	昼食	そぼろあんかけ丼 ブロッコリーのおかか煮 かつおだし汁 バナナ (スライス)	そぼろあんかけ丼 ブロッコリーと豆腐のおかか煮 かつおだし汁 みかん	おかゆ 豆腐つぶし煮 ブロッコリーペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん ほうれんそう だし汁 しょうゆ (大豆・小麦) 片栗粉 ブロッコリー にんじん だし汁 かつおだし汁 しょうゆ (大豆・小麦) だし汁 バナナ	
	おやつ	野菜雑炊			米 ほうれんそう にんじん だし汁 しょうゆ (大豆・小麦)	

月齢	5ヶ月	6ヶ月	7ヶ月	8ヶ月	9ヶ月	10ヶ月	11ヶ月	1歳	1歳1ヶ月~
食形態	初期食 (なめらかにすりつぶした状態)	中期食 (舌でつぶせる、豆腐くらいの固さ)	後期食 (舌でつぶせる)						
					その子の状態に応じて適切な時期に幼児食へ移行				

< 移行 (ステップアップ) の基準 >

- ① 現在の食形態を上手に食べられているか
- ② 家庭で食べている形質が、園で提供している食形態より先に進んでいるか
- ③ 離乳食食材チェック表の食材に欄が空いているか

(移行後の食形態の食材にも、よく使う食材にはOがついている方が好ましい)

\* 園行事、給食材料等の都合により献立を変更することがあります  
\* 新規アレルギー発症予防のため、園で初めて食べることがないよう食材の確認をお願いします



# きゅうしょくだより

令和8年4月

この花ナーサリ

この花KidsRoom

## ご入園・ご進級おめでとうございます

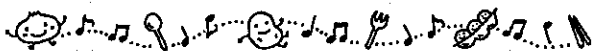
ドキドキわくわくの4月がスタートしました。新しいクラス、新しいお友達、新しい環境で、不安や緊張もあると思いますが、食事の時間だけは心落ち着くひとときであってほしいと思います。おいしいお食事、楽しい食事環境を作っていけるよう、今年度も頑張っていきたいと思っております。早く園での生活に慣れ、子どもたちがお友達との食事時間を楽しく過ごせますように…。今年度もどうぞよろしくお願い致します。



### この花ナーサリの キッチンでは...

幼児食、離乳食（初期食・中期食・後期食）、おやつ、アレルギー対応食、行事食...などを作っています。

各クラスの子どもたちの発達に合わせた大きさや硬さでお食事を提供できるよう心がけています。



### 離乳食期のお子様へ

園では食物アレルギーによる事故予防の観点から、お子様がご家庭で未摂取の食材は基本的に園での提供ができません（保育所におけるアレルギー対応ガイドラインより）。その確認のため、毎月「離乳食食材チェック表」にお子様が食べて問題のなかった食材に○のご記入をよろしくお願い致します。

月齢により食べられる食材も限られてくると思いますが、ぜひ積極的に食べ進めていただきますようご協力よろしくお願い致します。

### ～ 毎月第3木曜日は “お弁当の日” ～

当園では毎月第3木曜日がお誕生会&お弁当の日となっています（祝日や園行事等の関係で変更になることもあります）。子ども達が毎月楽しみにしているお弁当の日。楽しく安全にお食事ができるよう、下記の点にご注意いただきますようよろしくお願い致します。

<ご協力いただきたいこと>

- ◎プチトマトやブドウ、ミートボール、うずらの卵など誤嚥のリスクが高い球形のものは1/2～1/4程度の大きさにカットすること
- ◎一口サイズのカップゼリーやこんにゃくゼリーなどは誤嚥・窒息防止のため入れないこと
- ◎つまようじやピックなどは、安全に使える年齢になってから使用すること  
(危険だと判断した場合には職員が事前に外させていただきます)



誤嚥・窒息・ケガ防止のため、ぜひご協力ください

