

2025年04月

離乳食 献立表



オレンジこども園

*食材の都合により献立を変更する事があります。

日付	初期(ごっくん期) 5～6ヶ月	中期(もぐもぐ期) 7～8ヶ月	後期(かみかみ期) 9～11ヶ月	2回食 pm3:00 後期～
	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 柔らかく刻み	
01(火)	つぶし粥・玉葱とピーマンペースト ・人参ときゅうりペースト ・ほうれん草スープ	・全粥・鶏肉と野菜の柔らか煮 ・人参ときゅうりの和風煮 ・ほうれん草スープ	・軟飯・鶏肉と野菜の柔らか煮 ・人参ときゅうりの和風煮 ・ほうれん草スープ	おじや
02(水)	・つぶし粥・大根ペースト ・かぼちゃペースト・豆腐スープ	・全粥・鶏肉と大根の煮物 ・かぼちゃのだし煮・豆腐のみそ汁	・軟飯・鶏肉と大根の煮物 ・かぼちゃのだし煮・豆腐のみそ汁	きなこホットケーキ
03(木)	・つぶし粥・かぼちゃペースト ・人参とブロッコリーペースト ・大根スープ	・全粥・鶏肉の煮つけ ・人参とブロッコリーのサラダ煮 ・大根スープ	・軟飯・鶏肉の煮つけ ・人参とブロッコリーのサラダ煮 ・大根スープ	くずもち
04(金)	・つぶし粥・野菜のトマトペースト ・ブロッコリーとにんじんペースト ・コンスープ	・全粥・鶏肉と野菜のトマト煮 ・ブロッコリーと人参煮・コンスープ	・軟飯・鶏肉と野菜のトマト煮 ・ブロッコリーと人参煮・コンスープ	かぼちゃホットケーキ
05(土)	・つぶし粥 ・魚と具だくさん野菜ペースト ・なすスープ	・全粥・魚と具だくさん野菜煮 ・なすみそ汁	・軟飯・魚と具だくさん野菜煮 ・なすみそ汁	ホットケーキ
07(月)	・つぶし粥・野菜の具だくさんペースト ・きゅうりの彩り野菜ペースト ・にんじんスープ	・全粥・鶏肉の野菜煮 ・きゅうりの彩り野菜煮 ・にんじんスープ	・軟飯・鶏肉の野菜煮 ・きゅうりの彩り野菜煮 ・にんじんスープ	きなこホットケーキ
08(火)	つぶし粥・野菜ちゃんぶるペースト ・豆腐ペースト・かぼちゃスープ	・全粥・野菜ちゃんぶる一煮 ・豆腐煮・かぼちゃのみそ汁	・軟飯・野菜ちゃんぶる一煮 ・豆腐煮・かぼちゃのみそ汁	おじや
09(水)	・つぶし粥・野菜ペースト ・大根ペースト・豆腐スープ	・全粥・鶏肉の野菜煮 ・大根とツナのサラダ煮 ・豆腐のみそ汁	・軟飯・鶏肉の野菜煮 ・大根とツナのサラダ煮 ・豆腐のみそ汁	ソフトクッキー
10(木)	・つぶし粥・豆腐と野菜ペースト ・温野菜ペースト・トマトスープ	・全粥・マーボー豆腐煮・温野菜 ・トマトスープ	・軟飯・マーボー豆腐煮・温野菜 ・トマトスープ	南瓜マッシュ
11(金)	・つぶし粥・魚ペースト ・豆腐の野菜ペースト ・じゃがいもスープ	・全粥・魚の味噌煮・豆腐の野菜煮 ・じゃがいものすまし汁	・軟飯・魚の味噌煮・豆腐の野菜煮 ・じゃがいものすまし汁	おじや
12(土)	・つぶし粥・彩り野菜ペースト ・小松菜スープ	・全粥・鶏肉とピーマン煮 ・小松菜のみそ汁	・軟飯・鶏肉とピーマン煮 ・小松菜のみそ汁	豆腐クッキー
14(月)	・つぶし粥・豆腐と人参の柔らか煮 ・小松菜煮・なすのみそ汁	・全粥・豆腐と人参の柔らか煮 ・小松菜煮・なすのみそ汁	・軟飯・豆腐と人参の柔らか煮 ・小松菜煮・なすのみそ汁	かぼちゃホットケーキ
15(火)	・つぶし粥・魚ペースト ・じゃがいもペースト・コンスープ	・全粥・魚の味噌煮 ・じゃがいものうま煮・コンスープ	・軟飯・魚の味噌煮 ・じゃがいものうま煮・コンスープ	きな粉蒸しパン
16(水)	・つぶし粥・ホキペースト ・ほうれん草ペースト ・かぼちゃスープ	・全粥・ホキの照り煮 ・ほうれん草のだし煮 ・かぼちゃのみそ汁	・軟飯・ホキの照り煮 ・ほうれん草のだし煮 ・かぼちゃのみそ汁	焼きいも
17(木)	・つぶし粥・魚ペースト・人参ペースト ・豆腐スープ	・全粥・魚の照り煮・人参しりしり煮 ・豆腐のみそ汁	・軟飯・魚の照り煮・人参しりしり煮 ・豆腐のみそ汁	おじや

* 食材の都合により献立を変更する事があります

日付	初期(ごっくん期) 5～6ヶ月	中期(もぐもぐ期) 7～8ヶ月	後期(かみかみ期) 9～11ヶ月	2回食 pm3:00 後期～
	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 柔らかく刻み	
18(金)	・つぶし粥・魚ペースト ・じゃがいもペースト・豆腐スープ	・全粥・鶏肉のやわらか煮 ・ポテサラ煮・豆腐スープ	・軟飯・鶏肉の柔らか煮 ・ポテサラ煮・もずくスープ	どら焼き
19(土)	・つぶし粥・豆腐と野菜ペースト ・野菜たっぷりスープ	・全粥・マーボー煮 ・野菜たっぷりみそ汁	・軟飯・マーボー煮 ・野菜たっぷりみそ汁	くずもち
21(月)	・つぶし粥 ・彩り野菜の柔らかペースト ・白菜ペースト・さつまいもスープ	・全粥・彩り野菜と鶏肉の柔らか煮 ・白菜サラダ煮・さつまいもスープ	・軟飯・彩り野菜と鶏肉の柔らか煮 ・白菜サラダ煮・さつまいもスープ	蒸しパン
22(火)	・つぶし粥・じゃが野菜ペースト ・きゅうりペースト・冬瓜スープ	・全粥・鶏じゃが・きゅうりの煮つけ ・冬瓜のみそ汁	・軟飯・鶏じゃが・きゅうりの煮つけ ・冬瓜のみそ汁	かぼちゃクッキー
23(水)	・つぶし粥・ホキペースト ・千切り大根イリチーペースト ・ゆし豆腐	・全粥・ホキのみそ煮 ・千切り大根イリチー煮・ゆし豆腐	・軟飯・ホキのみそ煮 ・千切り大根イリチー煮 ・ゆし豆腐	お好み焼き
24(木)	・つぶし粥・魚のペースト ・ブロッコリーと人参ペースト ・かぼちゃスープ	・全粥・鶏肉の照り煮 ・ブロッコリーと人参煮 ・かぼちゃのみそ汁	・軟飯・鶏肉の照り煮 ・ブロッコリーと人参煮 ・かぼちゃのみそ汁	人参蒸しパン
25(金)	・つぶし粥・魚のペースト ・彩り野菜ペースト・たまねぎスープ	・全粥・鶏肉の柔らか煮 ・彩り野菜のココロ煮 ・たまねぎスープ	・軟飯・鶏肉の柔らか煮 ・彩り野菜のココロ煮 ・たまねぎスープ	かぼちゃホットケーキ
26(土)	・つぶし粥・魚と野菜ペースト ・かぼちゃスープ	・全粥・魚と野菜の味噌煮 ・かぼちゃのみそ汁	・軟飯・魚と野菜の味噌煮 ・かぼちゃのみそ汁	ホットケーキ
28(月)	・つぶし粥・魚ペースト・根菜ペースト ・豆腐スープ	・全粥・魚の煮つけ・根菜煮 ・豆腐スープ	・軟飯・魚の煮つけ・根菜煮 ・豆腐スープ	蒸しパン
30(水)	・つぶし粥・魚ペースト ・きゅうりペースト・トマトスープ	・全粥・魚煮・きゅうりサラダ煮 ・トマトスープ	・軟飯・魚煮・きゅうりサラダ煮 ・トマトスープ	おじや



ご入園 おめでとうございます



保育園の離乳食は、お子様のご家庭での進みぐあいや、様子をお伺いしながら、一人ひとりの食材チェック表に合わせ離乳食を作ります。

食材チェック表は保育園でよく出る食材をシンプルに載せてあります。ご家庭ではお手持ちの離乳食の本等を参考に進めて下さい。またアレルギーの問題等もありますので、卵・乳・小麦・果物に関しては、保育園の方ではゆっくり進めさせて頂きたいと思います。お子様の発達に合わせ、食べる楽しみや経験を増やし、生活リズムが身に付つけばと考えています。新しい環境で精神的にも不安定になる時期で体調を崩すことも多いかと思いますが、私たちも栄養と愛情たっぷりの給食で精いっぱい応援させていただきます！



*離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整しています。

