

2026年09月

離乳食 献立表



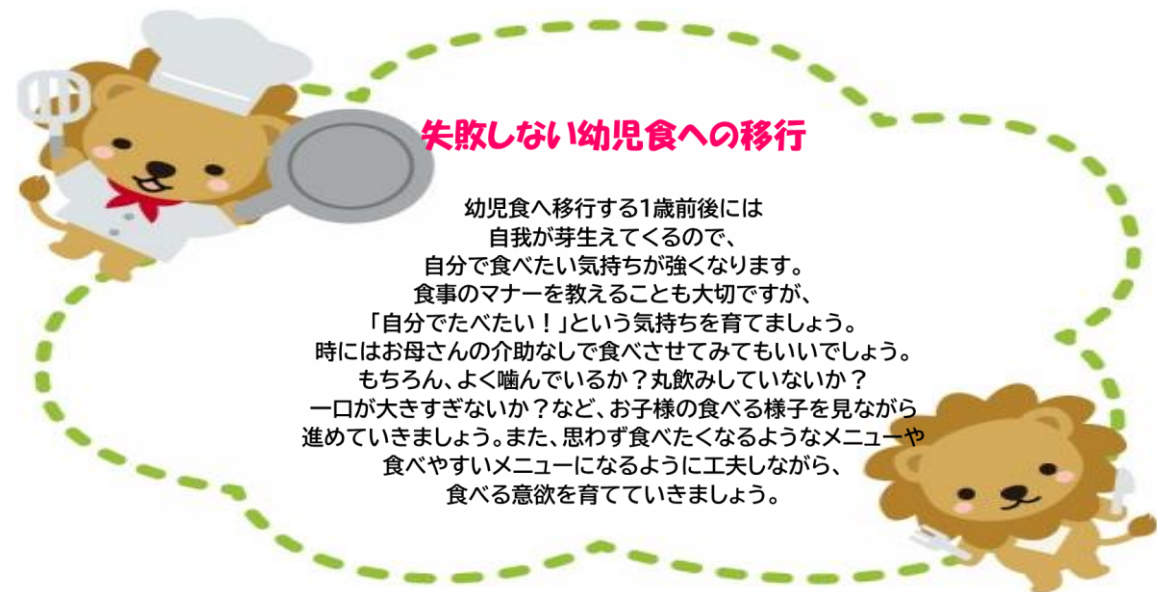
オレンジこども園

*食材の都合により献立を変更する事があります。

日付	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～
	豆腐の固さ マッシュ	バナナの固さ 柔らかく刻み	
01(火)	・5倍粥・魚煮・根菜の煮つけ・たまねぎのみそ汁	・軟飯・魚煮・根菜の煮つけ・たまねぎのみそ汁	きな粉蒸しパン
02(水)	・5倍粥・鶏肉とカラフル野菜煮・きゅうり和え煮 ・大根のみそ汁	・軟飯・鶏肉とカラフル野菜煮・きゅうり和え煮 ・大根のみそ汁	みそクッキー
03(木)	・5倍粥・白身魚の野菜煮・たまな一ちゃんぶる一煮 ・豆腐のみそ汁	・軟飯・白身魚の野菜煮・たまな一ちゃんぶる一煮 ・豆腐のみそ汁	野菜入りホットケーキ
04(金)	・5倍粥・根菜のそぼろ煮・南瓜の煮つけ ・へちまのみそ汁	・軟飯・根菜のそぼろ煮・南瓜の煮つけ ・へちまのみそ汁	きなこクッキー
05(土)	・5倍粥・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
06(日)	・5倍粥・鶏と野菜のだし煮 ・きゅうりとトマトのサラダ煮・ブロッコリーのスープ	・軟飯・鶏と野菜のだし煮 ・きゅうりとトマトのサラダ煮・ブロッコリーのスープ	しらすとわかめのおじや
07(月)	・5倍粥・人参の鶏肉煮・トマトときゅうりの和え煮 ・白菜のみそ汁	・軟飯・人参の鶏肉煮・トマトときゅうりの和え煮 ・白菜のみそ汁	しらすとわかめおじや
08(火)	・5倍粥・魚の照り煮・もやしと人参煮 ・さつまいものみそ汁	・軟飯・魚の照り煮・もやしと人参煮 ・さつまいものみそ汁	野菜入りおやき
09(水)	・5倍粥・肉じゃが・きゅうりの煮つけ・冬瓜のみそ汁	・軟飯・肉じゃが・きゅうりの煮つけ・冬瓜のみそ汁	蒸し芋
10(木)	・5倍粥・魚の煮つけ・人参とブロッコリーの和え煮 ・豆腐みそ汁	・軟飯・魚の煮つけ・人参とブロッコリーの和え煮 ・豆腐のみそ汁	ソフトクッキー
11(金)	・5倍粥・鶏の柔らかか煮 ・ブロッコリーと人参の温野菜・ほうれん草スープ	・軟飯・鶏の柔らかか煮 ・ブロッコリーと人参の温野菜・ほうれん草スープ	パンケーキ
12(土)	・5倍粥・野菜そぼろあん・玉ねぎのみそ汁	・軟飯・野菜そぼろあん・わかめのみそ汁	人参おやき
14(月)	・5倍粥・鶏肉と人参の煮つけ・さつまいもサラダ ・パンプキンスープ	・軟飯・鶏肉と人参の煮つけ・さつまいもサラダ ・パンプキンスープ	ツナチヂミ
15(火)	・5倍粥・魚の煮つけ・ブロッコリーの和え煮 ・かぼちゃのみそ汁	・軟飯・魚の煮つけ・ブロッコリーの和え煮 ・かぼちゃのみそ汁	蒸しパン
16(水)	・5倍粥・鶏肉と白菜の柔らかか煮 ・きゅうりの彩り野菜煮・コーンスープ	・軟飯・鶏肉と白菜の柔らかか煮 ・きゅうりの彩り野菜煮・コーンスープ	きなこホットケーキ

*食材の都合により献立を変更する事があります

日付	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～
	豆腐の固さ マッシュ	バナナの固さ 柔らかく刻み	
17(木)	・5倍粥・魚の煮つけ・野菜いりち一煮 ・かぼちゃのみそ汁	・軟飯・魚の煮つけ・野菜いりち一煮 ・かぼちゃのみそ汁	コーン蒸しパン
18(金)	・5倍粥・魚煮ピーマン添え・ほうれん草のだし煮 ・オニオンスープ	・軟飯・魚煮ピーマン添え・ほうれん草のだし煮 ・オニオンスープ	人参とツナのホットケーキ
19(土)	・5倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・こまつなのスープ	・軟飯・鶏肉とキャベツの煮物・こまつなのスープ	ヒラヤーチー
24(木)	・5倍粥・魚の煮つけ・豆腐ちゃんぶる一煮 ・たまねぎのみそ汁	・軟飯・魚の煮つけ・豆腐ちゃんぶる一煮 ・たまねぎのみそ汁	蒸しパン
25(金)	・5倍粥・鶏肉の照り煮・小松菜とコーン煮 ・かぼちゃのみそ汁	・軟飯・鶏肉の照り煮・小松菜とコーン煮 ・かぼちゃのみそ汁	ホットケーキ
26(土)	・5倍粥・キャベツのそぼろ煮・コーンスープ	・軟飯・キャベツのそぼろ煮・わかめスープ	スコーン
28(月)	・5倍粥・チキンの照り煮・白菜のツナあえ ・南瓜のみそ汁	・軟飯・チキンの照り煮・白菜のツナあえ ・南瓜のみそ汁	蒸しパン
29(火)	・5倍粥・魚の煮つけ・たまねぎと人参の煮つけ ・ほうれん草スープ	・軟飯・魚の煮つけ・たまねぎと人参の煮つけ ・ブロッコリースープ	おから入りホットケーキ
30(水)	・5倍粥・鶏の柔らかか煮 ・ブロッコリーと人参の温野菜・ほうれん草スープ	・軟飯・鶏の柔らかか煮 ・ブロッコリーと人参の温野菜・ほうれん草スープ	パンケーキ



失敗しない幼児食への移行

幼児食へ移行する1歳前後には
自我が芽生えてくるので、
自分で食べたい気持ちが強くなります。
食事のマナーを教えることも大切ですが、
「自分で食べたい！」という気持ちを育てましょう。
時にはお母さんの介助なしで食べさせてみてもいいでしょう。
もちろん、よく噛んでいるか？丸飲みしていないか？
一口が大きすぎないか？など、お子様の食べる様子を見ながら
進めていきましょう。また、思わず食べたくなるようなメニューや
食べやすいメニューになるように工夫しながら、
食べる意欲を育てていきましょう。

🍴🥄🍷🍽️🍴🥄🍷🍽️🍴🥄🍷🍽️ せて調整しています。

🍴🥄🍷🍽️🍴🥄🍷🍽️🍴🥄🍷🍽️