

	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)
午前	豆乳シリアル	豆乳シリアル 	豆乳シリアル	豆乳シリアル	豆乳シリアル	豆乳シリアル
昼食	ごはん、油みそ、野菜炒め、味噌汁(豆腐・もずく)	ごはん、大豆キーマカレー、おなか和え(きゅうり・トマト・わかめ) 	ごはん、肉じゃが、もずく和え、味噌汁(大根)	ごはん、じゃこ佃煮、人参炒め、さつまい	スパゲティミートソース、いんげんおなか和え、もずく汁	ごはん、納豆、豚肉と野菜みそ汁、チーズ
午後	どらサンド、ネーブル、ミルク 180	磯辺麩、チーズ、バナナ、麦茶	パスタサラダ、ネーブル、ミルク 180	マーメイドジャムサンド、バナナ、ミルク 180	さつまいおにぎり、たんかん、ミルク 180	ホットケーキ、ネーブル、麦茶
	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)
午前	豆乳シリアル	豆乳シリアル		豆乳シリアル	豆乳シリアル	豆乳シリアル
昼食	ごはん、小魚からめ、いんげんと人参炒め、呉汁(大根)	ごはん、ごぼう煮、ひじき炒め、味噌汁(豆腐・卵)	♪ 建国記念日 ♪	ごはん、かぼちゃ煮、ごぼうサラダ、鶏だんご汁	ごはん、昆布納豆、いり魚煮、味噌汁(玉葱・人参・エノキ)	ごはん、じゃこ佃煮、クリームシチュー
午後	蒸しパン、ネーブル、ミルク 180	とうもろこし、バナナ、ミルク 180		かぼちゃパン、たんかん、ミルク 180	そうめんタシャ、ネーブル、ミルク 180	蒸し芋、バナナ、ミルク 180
	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)
午前	豆乳シリアル	豆乳シリアル	豆乳シリアル	豆乳シリアル 	豆乳シリアル	豆乳シリアル
昼食	ごはん、ミートローフ、スティックきゅうり、春雨スープ	沖縄そば、人参すりごまサラダ、チーズ	ごはん、きんぴら炒め、ほうれん草白和え、そうめん汁	♪ お弁当会 ♪ 	ごはん、えのき佃煮、白身魚磯辺焼き、にんじんスープ	ひじき炊き込みごはん、ブロッコリーごま和え、かちゅーゆ
午後	ココロドーナツ、ネーブル、ミルク 180	さつまいおにぎり、たんかん、麦茶	バナナパンケーキ、ネーブル、ミルク	きな粉マカロニ、バナナ、ミルク 180	さつまいのりんご煮、クラッカー、ミルク 180	豆乳シリアル、種なしブルーーン、麦茶
	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)
午前		シリアル、ミルク	豆乳シリアル	豆乳シリアル	豆乳シリアル	豆乳シリアル
昼食	♪ 天皇誕生日 ♪ 	ごはん、じゃこ佃煮、かぼちゃ煮、豚汁	ごはん、ごぼう煮、人参炒め、湯豆腐汁	ごはん、納豆みそ(小松菜)、大根と人参そぼろ煮、かき卵汁	カレーうどん、ごま白和え、チーズ	マーボー豆腐丼、かぼちゃマヨネーズ和え、かちゅーゆ
午後		シフォンケーキ、ネーブル、豆乳ココア	とうもろこし、バナナ、ミルク 180	ﾌｯｸﾘ-とはんぺんﾁｰｽﾞ 焼き、ネーブル、麦茶	ゆかりとしらすおにぎり、種なしブルーーン、ミルク 180	蒸しパン、ネーブル、ミルク 180



2026年02月

離乳食献立表

月齢	離乳食9~11		離乳食7~8		離乳食開始期
硬さ	歯ぐきでつぶせる		舌でつぶせる		トロトロ
目安	バナナくらい		絹ごし豆腐		ヨーグルト状
2月	昼食	(離) 5倍かゆ ポイルキャロット キャベツとツナくす煮 豆腐スープ煮	(離) 7倍かゆ きざみキャロット キャベツとツナくす煮 豆腐スープ煮		(離) 10倍かゆ 人参ペースト じゃがいもペースト
	午後	ひじきかゆ ポイルじゃがいも	ひじきかゆ ポイルじゃがいも		
3日	昼食	(離) 5倍かゆ ポイル野菜(きゅうり・にんじん) ジャガイモと玉葱挽肉ミルク煮 トマトスープ煮	(離) 7倍かゆ きざみ野菜(きゅうり・にんじん) ジャガイモと玉葱挽肉ミルク煮 トマトスープ煮		(離) 10倍かゆ きゅうりペースト 人参ペースト トマトジュレ
	午後	(離) ささみかゆ(あおのり) 豆乳ジュレ	(離) ささみかゆ(あおのり) 豆乳ジュレ		
4日	昼食	(離) 5倍かゆ ポイル野菜(だいこん・にんじん) (離) 白身魚ほぐし煮 ホタテスープ煮	(離) 7倍かゆ きざみ野菜(だいこん・にんじん) (離) 白身魚ほぐし煮 ホタテスープ煮		(離) 10倍かゆ 大根ペースト 人参ペースト ホタテスープ煮
	午後	ささみとトマトかゆ ポイルきゅうり	ささみとトマトかゆ ポイルきゅうり		
5日	昼食	(離) 5倍かゆ ポイル野菜(だいこん・にんじん) ひじきとしらすくす煮 ホタテスープ煮	(離) 7倍かゆ きざみ野菜(だいこん・にんじん) ひじきとしらすくす煮 ホタテスープ煮		(離) 10倍かゆ 大根ペースト 人参ペースト ホタテスープ煮
	午後	(離) ツナかゆ ポイルきゅうり	(離) ツナかゆ ポイルきゅうり		
6日	昼食	(離) 5倍かゆ ポイル野菜(じゃがいも・にんじん) 玉葱と挽肉くす煮 豆腐スープ煮	(離) 7倍かゆ きざみ野菜(じゃがいも・にんじん) 玉葱と挽肉くす煮 豆腐スープ煮		(離) 10倍かゆ 人参ペースト じゃがいもペースト ミルクジュレ
	午後	ひじきかゆ ポイルさつまいも	ひじきかゆ ポイルさつまいも		
7日	昼食	野菜とささみかゆ(人参・小松菜・玉葱) ミルクスープ	野菜とささみかゆ(人参・小松菜・玉葱) ミルクスープ		10倍かゆ じゃがいもペースト ミルクジュレ
	午後	(離) あおのりかゆ ポイルじゃがいも	(離) あおのりかゆ ポイルじゃがいも		
9日	昼食	(離) 5倍かゆ ポイル野菜(だいこん・にんじん) (離) 白身魚ほぐし煮 ホタテスープ煮	(離) 7倍かゆ きざみ野菜(だいこん・にんじん) (離) 白身魚ほぐし煮 ホタテスープ煮		(離) 10倍かゆ 大根ペースト 人参ペースト ホタテスープ煮
	午後	(離) しらすかゆ ポイルきゅうり	(離) しらすかゆ ポイルきゅうり		
10日	昼食	(離) 5倍かゆ ポイルキャロット (離) しらすとひじきくす煮 スープ煮(とうふ)	(離) 7倍かゆ きざみキャロット (離) しらすとひじきくす煮 スープ煮(とうふ)		(離) 10倍かゆ 人参ペースト じゃがいもペースト
	午後	(離) きな粉かゆ ポイルさつまいも	(離) きな粉かゆ ポイルさつまいも		
11日	水	♪ 建国記念 ♪			
12日	昼食	(離) 5倍かゆ ポイルキャロット 鶏挽肉と豆腐くす煮 南瓜ホタテスープ煮	(離) 7倍かゆ きざみキャロット 鶏挽肉と豆腐くす煮 南瓜ホタテスープ煮		(離) 10倍かゆ 人参ペースト きゅうりペースト 南瓜ホタテスープ煮
	午後	(離) あおのりかゆ ポイルきゅうり	(離) あおのりかゆ ポイルきゅうり		
13日	昼食	(離) 5倍かゆ ポイルキャロット (離) 白身魚のミルク煮 玉葱スープ煮	(離) 7倍かゆ きざみキャロット (離) 白身魚のミルク煮 玉葱スープ煮		(離) 10倍かゆ 人参ペースト じゃがいもペースト 玉葱スープ煮
	午後	キャベツとツナかゆ ポイルじゃがいも	キャベツとツナかゆ ポイルじゃがいも		
14日	昼食	野菜とささみかゆ(人参・ほうれん草・玉葱) ミルクスープ	野菜とささみかゆ(人参・ほうれん草・玉葱) ミルクスープ		10倍かゆ じゃがいもペースト ミルクジュレ
	午後	(離) しらすかゆ ポイルさつまいも	(離) しらすかゆ ポイルさつまいも		
16日	昼食	(離) 5倍かゆ ポイル野菜(きゅうり・にんじん) 豚ひき肉と玉葱くす煮 小松菜ミルクスープ煮	(離) 7倍かゆ きざみ野菜(きゅうり・にんじん) 豚ひき肉と玉葱くす煮 小松菜ミルクスープ煮		(離) 10倍かゆ きゅうりペースト 人参ペースト 小松菜ミルクスープ煮
	午後	(離) 魚かゆ ポイルじゃがいも	(離) 魚かゆ ポイルじゃがいも		
17日	昼食	(離) 5倍かゆ ポイルキャロット ミルク煮(ささみ) スープ煮(とうふ)	(離) 7倍かゆ きざみキャロット ミルク煮(ささみ) スープ煮(とうふ)		(離) 10倍かゆ 人参ペースト じゃがいもペースト ミルクジュレ
	午後	(離) きな粉かゆ ポイルさつまいも	(離) きな粉かゆ ポイルさつまいも		

様式F12



離乳食献立表 予定

月齢	離乳食9~11		離乳食7~8		離乳食開始期	
硬さ	歯ぐきでつぶせる		舌でつぶせる		トロトロ	
目安	バナナくらい		絹ごし豆腐		ヨーグルト状	
18日水	昼食	(離) 5倍かゆ ポイルキャロット 豆腐とツナくす煮 スープ煮(ほうれん草)	(離) 7倍かゆ きざみキャロット 豆腐とツナくす煮 スープ煮(ほうれん草)	(離) 10倍かゆ 人参ペースト じゃがいもペースト スープ煮(ほうれん草)		
	午後	(離) しらすかゆ(ひじき) ポイルじゃがいも	(離) しらすかゆ(ひじき) ポイルじゃがいも			
19日木	昼食	(離) 5倍かゆ ポイル野菜(ブロッコリー・にんじん) (離) トマトとしらすジュレ ホタテスープ煮	(離) 7倍かゆ きざみ野菜(ブロッコリー・にんじん) (離) トマトとしらすジュレ ホタテスープ煮	(離) 10倍かゆ ブロッコリーペースト 人参ペースト ホタテスープ煮		
	午後	(離) きな粉かゆ ポイルきゅうり	(離) きな粉かゆ ポイルきゅうり			
20日金	昼食	(離) 5倍かゆ ポイルじゃがいも 魚ほぐし煮 にんじんポタージュ	(離) 7倍かゆ きざみじゃがいも 魚ほぐし煮 にんじんポタージュ	(離) 10倍かゆ じゃがいもペースト にんじんポタージュ		
	午後	ひじきかゆ ポイルさつまいも	ひじきかゆ ポイルさつまいも			
21日土	昼食	野菜とささみかゆ(人参・ブロッコリー・玉葱) ミルクスープ	野菜とささみかゆ(人参・ブロッコリー・玉葱) ミルクスープ	10倍かゆ ブロッコリーペースト ミルクジュレ		
	午後	(離) あおのりかゆ 豆乳ジュレ	(離) あおのりかゆ 豆乳ジュレ			
23日月	♪ 天皇誕生日 ♪					
24日火	昼食	(離) 5倍かゆ ポイル野菜(大根・にんじん) ビジキとツナくす煮 豆腐スープ煮	(離) 7倍かゆ きざみ野菜(大根・にんじん) ビジキとツナくす煮 豆腐スープ煮	(離) 10倍かゆ 大根ペースト 人参ペースト かぼちゃペースト		
	午後	(離) あおのりかゆ ポイルかぼちゃ	(離) あおのりかゆ ポイルかぼちゃ			
25日水	昼食	(離) 5倍かゆ ポイルキャロット (離) トマトとツナくす煮 豆腐スープ煮	(離) 7倍かゆ きざみキャロット (離) トマトとツナくす煮 豆腐スープ煮	(離) 10倍かゆ 人参ペースト じゃがいもペースト 豆腐ペースト		
	午後	ひじきかゆ ポイルさつまいも	ひじきかゆ ポイルさつまいも			
26日木	昼食	(離) 5倍かゆ つぶし納豆 くす煮(小松菜・鶏挽肉) ポイルキャロット 大根スープ煮	(離) 7倍かゆ つぶし納豆 くす煮(小松菜・鶏挽肉) ポイルキャロット 大根スープ煮	(離) 10倍かゆ 大根ペースト 人参ペースト ポイルブロッコリー		
	午後	(離) しらすかゆ ポイル野菜(ブロッコリー・じゃがいも)	(離) しらすかゆ ポイル野菜(ブロッコリー・じゃがいも)			
27日金	昼食	(離) 5倍かゆ ポイルキャロット 豆腐とツナくす煮 玉葱とほうれん草スープ煮	(離) 7倍かゆ きざみキャロット 豆腐とツナくす煮 玉葱とほうれん草スープ煮	(離) 10倍かゆ 人参ペースト じゃがいもペースト 豆腐ペースト		
	午後	しらすとあおのりかゆ ポイルじゃがいも	しらすとあおのりかゆ ポイルじゃがいも			
28日土	昼食	豚挽肉とかぼちゃかゆ ミルクスープ	豚挽肉とかぼちゃかゆ ミルクスープ	10倍かゆ じゃがいもペースト ミルクジュレ		
	午後	(離) ツナかゆ ポイルじゃがいも	(離) ツナかゆ ポイルじゃがいも			

☆保育園の行事や食材の納入及び天災などの状況により変更する場合があります。
☆お子さんの月齢や発達に合わせて使用食材や調理形態を変えていきます。

食事予定日数 22日