

2026年 4月 離乳食 献立

日にち	曜日	5・6ヶ月頃午前	7・8ヶ月頃午前	7・8ヶ月頃午後	9～11ヶ月頃午前	9～11ヶ月頃午後	食 材
1・15	水	かゆ 白身魚 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ みそ汁(大根) 鶏肉の和風煮 オレンジ	豆腐とほうれん草のあんかけ	かゆ みそ汁(大根) 鶏肉の和風煮 オレンジ	豆腐とほうれん草のあんかけ	米 鶏ささ身 玉ねぎ 人参 大根 オレンジ 絹ごし豆腐 ほうれん草
2・23	木	かゆ 絹ごし豆腐 スープ(野菜だし)	あんかけうどん 高野豆腐の煮物 バナナ	しらすおじや	あんかけうどん 高野豆腐の煮物 バナナ	しらすおじや	うどん 鶏ささ身 高野豆腐 人参 玉ねぎ ほうれん草 バナナ 米 しらす
3・17	金	かゆ おふ 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ 白菜スープ 豆腐のそぼろ煮 いちご	和風うどん	かゆ 白菜スープ 豆腐のそぼろ煮 いちご	和風うどん	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ 白菜 いちご うどん ツナ
4・18	土	かゆ 白身魚 スープ(野菜だし)	和風おじや みそ汁(ほうれん草) バナナ	ヨーグルト せんべい	和風おじや みそ汁(ほうれん草) バナナ	ヨーグルト せんべい	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ ほうれん草 バナナ ベビーダノン
6・20	月	かゆ 絹ごし豆腐 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ みそ汁(さつまいも) 鶏肉の磯和え バナナ	マカロニのコーンクリーム煮	かゆ みそ汁(さつまいも) 鶏肉の磯和え バナナ	ホットケーキ	米 鶏ささ身 青のり 玉ねぎ さつまいも 人参 バナナ マカロニ コーンクリーム(中期) ホットケーキミックス(後期)
7・21	火	かゆ おふ スープ(野菜だし)	かゆ 澄まし汁 肉じゃが オレンジ	野菜うどん	かゆ 澄まし汁 肉じゃが オレンジ	野菜うどん	米 鶏ひき肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 大根 小松菜 オレンジ うどん ツナ キャベツ
8・22	水	かゆ 白身魚 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ みそ汁(キャベツ) 白身魚のコンソメ煮 いちご	そぼろおじや	かゆ みそ汁(キャベツ) 白身魚のコンソメ煮 いちご	そぼろおじや	米 白身魚 ブロッコリー 人参 玉ねぎ じゃがいも キャベツ いちご 鶏ひき肉
9・30	木	かゆ 絹ごし豆腐 スープ(野菜だし)	かゆ コーンスープ 鶏肉のみそ煮 オレンジ	さつまいものマッシュ	かゆ コーンスープ 鶏肉のみそ煮 オレンジ	さつまいもスティック	米 鶏ささ身 キャベツ 人参 玉ねぎ ほうれん草 コーンクリーム オレンジ さつまいも
10・24	金	かゆ おふ 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ ポトフ風煮物 (10)バナナ (24)オレンジ	ツナリゾット	かゆ ポトフ風煮物 (10)バナナ (24)オレンジ	ツナリゾット	米 鶏ささ身 じゃがいも 人参 玉ねぎ (10)バナナ (24)オレンジ ツナ ブロッコリー
11・25	土	かゆ 白身魚 スープ(野菜だし)	かゆ 豆腐スープ 野菜のそぼあんかけ バナナ	パンがゆ	かゆ 豆腐スープ 野菜のそぼあんかけ バナナ	パンスティック	米 鶏ひき肉 玉ねぎ テンゲン菜 人参 絹ごし豆腐 わかめ(後期) バナナ 食パン
13・27	月	かゆ 絹ごし豆腐 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ みそ汁(かぼちゃ) 鮭の野菜煮 オレンジ	そぼろうどん	かゆ みそ汁(かぼちゃ) 鮭の野菜煮 オレンジ	そぼろうどん	米 鮭 人参 玉ねぎ 大根 かぼちゃ オレンジ うどん 鶏ひき肉
14・28	火	かゆ おふ スープ(野菜だし)	かゆ クリームシチュー バナナ	和風おじや	かゆ クリームシチュー バナナ	和風おじや	米 鶏ささ身 じゃがいも 人参 玉ねぎ バナナ ツナ 大根 白菜
16	木	かゆ 白身魚 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ みそ汁(豆腐) キャベツのそぼろ煮 バナナ	野菜うどん	かゆ みそ汁(豆腐) キャベツのそぼろ煮 バナナ	野菜うどん	米 鶏ひき肉 キャベツ 人参 玉ねぎ 絹ごし豆腐 バナナ うどん ツナ

※白身魚はカラスカレイを使用しています。

