

2026年 5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・18	金	かゆ 白身魚	かゆ みそ汁(豆腐)	ツナリゾット	かゆ みそ汁(豆腐)	ツナリゾット	米 鶏ささ身 絹ごし豆腐 玉ねぎ 人参 さつまいも バナナ ツナ
	月	和風だしスープ(かつお・昆布)	鶏肉の和風煮 バナナ		鶏肉の和風煮 バナナ		
2・23	土	かゆ 絹ごし豆腐 スープ(野菜だし)	野菜がゆ キャベツスープ さつまいものマッシュ バナナ	ベビーダノン せんべい	野菜がゆ キャベツスープ さつまいものマッシュ バナナ	ベビーダノン せんべい	米 鶏ひき肉 キャベツ 人参 玉ねぎ さつまいも バナナ ベビーダノン せんべい
7・21	木	かゆ おふ 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ みそ汁(玉ねぎ) 鶏肉とほうれん草の煮物 オレンジ	しらすうどん	かゆ みそ汁(玉ねぎ) 鶏肉とほうれん草の煮物 オレンジ	しらすうどん	米 鶏ささ身 ほうれん草 人参 玉ねぎ オレンジ うどん しらす
8・22	金	かゆ 白身魚 スープ(野菜だし)	そばろうどん ポテトサラダ バナナ	和風おじや	そばろうどん ポテトサラダ バナナ	和風おじや	うどん 鶏ひき肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ バナナ 米 ツナ
9・30	土	かゆ 絹ごし豆腐 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ にんじんスープ キャベツと鶏肉の煮物 バナナ	野菜リゾット	かゆ にんじんスープ キャベツと鶏肉の煮物 バナナ	野菜リゾット	米 鶏ささ身 キャベツ 人参 玉ねぎ バナナ
11・25	月	かゆ おふ スープ(野菜だし)	かゆ みそ汁(キャベツ) 鮭の和風煮 オレンジ	そばろおじや	かゆ みそ汁(キャベツ) 鮭の和風煮 オレンジ	蒸しパン	米 鮭 絹ごし豆腐 キャベツ 人参 玉ねぎ オレンジ 鶏ひき肉(中期) ホットケーキミックス(後期)
12・26	火	かゆ 白身魚 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ 野菜スープ 鶏肉のコンソメ煮 バナナ	みそ煮込みうどん	かゆ 野菜スープ 鶏肉のコンソメ煮 バナナ	みそ煮込みうどん	米 鶏ささ身 じゃがいも 人参 キャベツ 玉ねぎ バナナ うどん ツナ 絹ごし豆腐
13・27	水	かゆ 絹ごし豆腐 スープ(野菜だし)	かゆ かぼちゃポトフ バナナ	しらすおじや	かゆ かぼちゃポトフ バナナ	しらすおじや	米 鶏ささ身 かぼちゃ 人参 玉ねぎ バナナ しらす 大根 小松菜
14・28	木	かゆ おふ 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ けんちん汁 鶏肉のみそ煮 バナナ	野菜うどん	かゆ けんちん汁 鶏肉のみそ煮 バナナ	野菜うどん	米 鶏ささ身 絹ごし豆腐 人参 玉ねぎ キャベツ 小松菜 バナナ うどん ツナ
15・29	金	かゆ 白身魚 スープ(野菜だし)	豆腐のあんかけ丼 みそ汁(にんじん) オレンジ	マカロニきなこ	豆腐のあんかけ丼 みそ汁(にんじん) オレンジ	マカロニきなこ	米 絹ごし豆腐 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ オレンジ マカロニ きなこ
16	土	かゆ 絹ごし豆腐 和風だしスープ(かつお・昆布)	みそ煮込みうどん バナナ	野菜がゆ	みそ煮込みうどん バナナ	野菜がゆ	うどん 鶏ささ身 大根 人参 玉ねぎ 小松菜 バナナ 米 ツナ
19	火	かゆ おふ スープ(野菜だし)	かゆ 澄まし汁 白身魚のみそ煮 オレンジ	そばろうどん	かゆ 澄まし汁 白身魚のみそ煮 オレンジ	そばろうどん	米 白身魚 さといも 人参 玉ねぎ 大根 小松菜 オレンジ うどん 鶏ひき肉
20	水	かゆ 白身魚 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ コンソメスープ 鶏肉のトマト煮 バナナ	マカロニきなこ	かゆ コンソメスープ 鶏肉のトマト煮 バナナ	マカロニきなこ	米 鶏ささ身 トマト じゃがいも 玉ねぎ キャベツ 人参 ブロッコリー バナナ マカロニ きなこ

※白身魚はカラスカレイを使用しています。

