



令和8年8月 離乳食献立表（中期7～8か月頃から後期9～11か月頃まで）



日付	曜日	献立名	材 料	備考 保護者 ⇄ 保育園
1	土	お粥 豆腐のあんかけ 人参のやわらか煮 みそ汁(玉葱)	全がゆ(精白米) 木綿豆腐、人参、玉葱、ピーマン、だし汁、醤油、片栗粉 人参 玉葱、みそ、だし汁	
3	月	ビーフンのスープ煮 大根のやわらか煮	ビーフン(乾)、鶏挽肉、人参、キャベツ、ピーマン、スープ、醤油、片栗粉 大根、だし汁	
4	火	お粥 白身魚のあんかけ 人参のやわらか煮 みそ汁(青菜)	全がゆ(精白米) かれい、人参、玉葱、だし汁、醤油、片栗粉 人参 青菜、みそ、だし汁	
5	水	お粥 マカロニとひき肉のミルク煮 すいか(生) 人参スープ	全がゆ(精白米) マカロニ、鶏挽肉、人参、スープ、ミルク、片栗粉 すいか(小玉) 人参、スープ	
6	木	お粥 肉団子の野菜あんかけ きゅうりのやわらか煮 卵スープ	全がゆ(精白米) 鶏挽肉、玉葱、人参、ピーマン、だし汁、醤油、片栗粉 胡瓜、だし汁 卵、玉葱、スープ	
7	金	パン粥 肉団子のケチャップ煮 じゃがいも(茹で) コーンポタージュ	食パン、水 鶏挽肉、玉葱、人参、キャベツ、ケチャップ、スープ、片栗粉 じゃが芋 コーン、ミルク、スープ	
8	土	お粥 大根のそぼろあんかけ きゅうりのやわらか煮 みそ汁(人参)	全がゆ(精白米) 大根、鶏挽肉、だし汁、醤油、片栗粉 胡瓜、だし汁 人参、だし汁、みそ	
10	月	お粥 肉団子のミルク煮 人参のやわらか煮 トマトスープ	全がゆ(精白米) 鶏挽肉、玉葱、青菜、スープ、ミルク、片栗粉 人参 トマト、玉葱、スープ	
11	火	山 の 日		
12	水	お粥 肉団子のスープ煮 大根のやわらか煮 みそ汁(じゃがいも・オクラ)	全がゆ(精白米) 鶏挽肉、人参、スープ、片栗粉 大根、だし汁 じゃが芋、オクラ、みそ、だし汁	
13	木	お粥 ツナの卵とじ 人参のやわらか煮 玉葱のポタージュ	全がゆ(精白米) ツナ缶、人参、卵、だし汁、醤油、片栗粉 人参 玉葱、ミルク、スープ	
14	金	冷麦のくたくた煮 バナナ(生)	乾めん、ツナ缶、人参、醤油、だし汁、片栗粉 バナナ	
15	土	お粥 ツナと野菜のミルク煮 きゅうりのやわらか煮 玉葱のスープ	全がゆ(精白米) ツナ缶、じゃが芋、人参、スープ、ミルク、片栗粉 胡瓜、だし汁 玉葱、スープ	
17	月	お粥 肉団子の野菜あんかけ きゅうりのやわらか煮 人参ポタージュ	全がゆ(精白米) 鶏挽肉、人参、だし汁、醤油、片栗粉 胡瓜、だし汁 人参、ミルク、スープ	
18	火	お粥 ブロッコリーのそぼろあんかけ 人参のやわらか煮 玉葱のスープ	全がゆ(精白米) ブロッコリー、鶏挽肉、だし汁、砂糖、醤油、片栗粉 人参 玉葱、スープ	



令和8年8月 離乳食献立表（中期7～8か月頃から後期9～11か月頃まで）



日付	曜日	献立名	材 料	備考 保護者 ⇄ 保育園
19	水	お粥 豆腐のあんかけ きゅうりのやわらか煮 みそ汁(なす)	全がゆ(精白米) 木綿豆腐、人参、玉葱、だし汁、醤油、片栗粉 胡瓜、だし汁 なす、みそ、だし汁	
20	木	お粥 白身魚のケチャップ煮 大根のやわらか煮 すまし汁	全がゆ(精白米) かれい、キャベツ、スープ、ケチャップ、片栗粉 大根、だし汁 木綿豆腐、人参、だし汁、醤油	
21	金	パン粥 南瓜のミルク煮 きゅうりのやわらか煮 トマトスープ	食パン、水 鶏挽肉、南瓜、玉葱、ミルク、スープ、片栗粉 胡瓜、だし汁 トマト、玉葱、スープ	
22	土	お粥 そぼろ煮 人参のやわらか煮 みそ汁(大根)	全がゆ(精白米) 鶏挽肉、じゃが芋、玉葱、人参、だし汁、醤油、片栗粉 人参 大根、みそ、だし汁	
24	月	お粥 ツナと野菜のミルク煮 オレンジ(生) 卵スープ	全がゆ(精白米) ツナ缶、人参、スープ、ミルク、片栗粉 オレンジ 卵、人参、スープ	
25	火	お粥 南瓜のそぼろあんかけ きゅうりのやわらか煮 人参ポタージュ	全がゆ(精白米) 南瓜、玉葱、鶏挽肉、だし汁、醤油、片栗粉 胡瓜、だし汁 人参、ミルク、スープ	
26	水	お粥 ツナと野菜のスープ煮 トマト(生) みそ汁(キャベツ)	全がゆ(精白米) ツナ缶、人参、スープ、片栗粉 トマト キャベツ、だし汁、みそ	
27	木	お粥 ツナの卵とじ みかん缶 みそ汁(小松菜)	全がゆ(精白米) ツナ缶、人参、キャベツ、卵、だし汁、醤油、片栗粉 みかん缶 小松菜、みそ、だし汁	
28	金	パン粥 肉団子のケチャップ煮 じゃがいも(茹で) 玉葱のポタージュ	食パン、水 鶏挽肉、玉葱、ケチャップ、スープ、片栗粉 じゃが芋 玉葱、ミルク、スープ	
29	土	お粥 じゃが芋のミルク煮 きゅうりのやわらか煮 人参スープ	全がゆ(精白米) 鶏挽肉、じゃが芋、玉葱、人参、ミルク、スープ、片栗粉 胡瓜、だし汁 人参、スープ	
31	月	お粥 肉団子の野菜あんかけ 人参のやわらか煮 キャベツスープ	全がゆ(精白米) 鶏挽肉、人参、青菜、だし汁、醤油、片栗粉 人参 キャベツ、スープ	

【留意事項】

安全な離乳食の提供のため、以下事項について、必ず事前に担任保育士へお知らせください。

① お子さんの離乳食の「固さの目安」・「形状の目安」(※以下表に赤字で〇印をつけてください。)

	離乳初期 生後5～6か月頃	離乳中期 生後7～8か月頃	離乳後期 生後9～11か月頃	離乳完了期 生後12～18か月頃
固さの目安	なめらかにすりつぶした状態 (ヨーグルト状)	舌でつぶせる固さ (豆腐くらい)	歯ぐきでつぶせる固さ (バナナくらい)	歯ぐきで噛める固さ (肉団子くらい)
形状の目安	ペースト状	つぶし、ざざみ	つぶし、ざざみ、スティック状	スティック状等

※お子さんの離乳食の固さや形状の目安のほか、お子さんの実際の食べ具合を踏まえ、

担任保育士がすり鉢や調理用ハサミで食材の大きさや固さ、形状を最終調整し、提供いたします。

② お子さんが食べたことのない食材 (※上記献立表の該当食材に赤字で〇印をつけてください。)

(国ガイドラインに基づき、保育所では安全管理の観点から、家庭で食べたことのない食材を提供することはできません。)

【その他】

・担任保育士に知らせたいこと等がある場合は、上記献立表の「備考欄」に記載してください。

- ・食物アレルギーを有するお子さんは、医師による「生活管理指導表」の提出が必要になりますので、必ず事前に担任保育士へお知らせください。
- ・食材の調達等の状況により、献立及び食材が一部変更となる場合があります。
- ・青菜は、ほうれん草または小松菜を使用します。
- ・上記献立に「片栗粉」の記載がある場合でも、お子さんの離乳食の進み具合により、片栗粉でとろみをつけないこともあります。
- ・上記献立のほか、麦茶を提供します。
- ・食育推進の観点から、お米は「宇都宮市産コシヒカリ(みやおとめ米)」を使用しています。