



令和7年9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	月	うどんのくたくた煮 バナナ(生)	乾めん、鶏挽肉、玉葱、人参、だし汁、みそ バナナ	
2	火	お粥 ひき肉の卵とじ 大根のやわらか煮 みそ汁(人参)	全がゆ(精白米) 鶏挽肉、玉葱、卵、だし汁、醤油 大根、だし汁 人参、だし汁、みそ	
3	水	パン粥 肉団子のスープ煮 じゃがいも(茹で) コーンポタージュ	食パン、水 鶏挽肉、キャベツ、玉葱、スープ じゃが芋 コーン、ミルク、スープ	
4	木	お粥 肉団子のミルク煮 さつまいも(茹で) 青菜のスープ	全がゆ(精白米) 鶏挽肉、人参、スープ、ミルク さつまいも 青菜、人参、スープ	
5	金	お粥 白身魚のほぐし煮 人参のやわらか煮 みそ汁(じゃがいも・玉葱)	全がゆ(精白米) かれい、醤油、砂糖、水 人参 じゃが芋、玉葱、みそ、だし汁	
6	土	お粥 肉団子の野菜あんかけ きゅうりのやわらか煮 人参スープ	全がゆ(精白米) 鶏挽肉、人参、玉葱、だし汁、醤油、片栗粉 胡瓜、だし汁 人参、スープ	
8	月	お粥 ツナの卵とじ みかん缶 みそ汁(玉葱)	全がゆ(精白米) ツナ缶、玉葱、人参、卵、だし汁、醤油 みかん缶 玉葱、だし汁、みそ	
9	火	お粥 大根のそぼろあんかけ きゅうりのやわらか煮 すまし汁	全がゆ(精白米) 大根、玉葱、鶏挽肉、だし汁、醤油、片栗粉 胡瓜、だし汁 花麩、人参、だし汁、醤油	
10	水	お粥 そぼろ煮 梨(加熱) ブロッコリーのポタージュ	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 なし ブロッコリー、ミルク、スープ	
11	木	お粥 ツナと野菜のケチャップ煮 じゃがいも(茹で) 玉葱のスープ	全がゆ(精白米) ツナ缶、玉葱、キャベツ、スープ、ケチャップ じゃが芋 玉葱、スープ	
12	金	お粥 白身魚の味噌煮 人参のやわらか煮 じゃがいもと青菜のポタージュ	全がゆ(精白米) かれい、みそ、砂糖、水 人参 じゃが芋、青菜、ミルク、スープ	
13	土	お粥 肉団子のミルク煮 大根のやわらか煮 みそ汁(じゃがいも)	全がゆ(精白米) 鶏挽肉、人参、玉葱、スープ、ミルク 大根、だし汁 じゃが芋、みそ、だし汁	
15	月	敬 老 の 日		
16	火	お粥 里芋のツナあんかけ きゅうりのやわらか煮 卵スープ	全がゆ(精白米) 里芋、人参、ツナ缶、だし汁、醤油、片栗粉 胡瓜、だし汁 卵、人参、スープ	
17	水	お粥 白身魚のほぐし煮 オレンジ(生) みそ汁(大根・人参)	全がゆ(精白米) かれい、醤油、砂糖、水 オレンジ 大根、人参、みそ、だし汁	
18	木	パン粥 マカロニとひき肉のミルク煮 かぼちゃ(茹で) キャベツスープ	食パン、水 マカロニ、鶏挽肉、人参、玉葱、スープ、ミルク 南瓜 キャベツ、スープ	



令和7年9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	金	お粥 肉団子の野菜あんかけ 人参のやわらか煮 じゃがいものポタージュ	全がゆ（精白米） 鶏挽肉、玉葱、キャベツ、だし汁、醤油、片栗粉 人参 じゃが芋、ミルク、スープ	
20	土	お粥 そぼろ煮 バナナ（生） みそ汁（玉葱）	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 バナナ 玉葱、みそ、だし汁	
22	月	お粥 さつまいものそぼろあんかけ 人参のやわらか煮 みそ汁（キャベツ）	全がゆ（精白米） さつまいも、玉葱、鶏挽肉、だし汁、醤油、片栗粉 人参 キャベツ、だし汁、みそ	
23	火	秋 分 の 日		
24	水	お粥 肉団子のミルク煮 きゅうりのやわらか煮 トマトスープ	全がゆ（精白米） 鶏挽肉、玉葱、キャベツ、スープ、ミルク 胡瓜、だし汁 トマト、玉葱、スープ	
25	木	お粥 白身魚のあんかけ さつまいも（茹で） みそ汁（青菜）	全がゆ（精白米） かれい、人参、だし汁、醤油、片栗粉 さつまいも 青菜、みそ、だし汁	
26	金	パン粥 ひき肉と野菜のケチャップ煮 きゅうりのやわらか煮 人参ポタージュ	食パン、水 鶏挽肉、人参、キャベツ、ケチャップ、スープ 胡瓜、だし汁 人参、ミルク、スープ	
27	土	お粥 肉団子の野菜あんかけ オレンジ（生） 玉葱のスープ	全がゆ（精白米） 鶏挽肉、玉葱、人参、チンゲン菜、だし汁、醤油、片栗粉 オレンジ 玉葱、スープ	
29	月	お粥 じゃが芋のケチャップ煮 人参のやわらか煮 玉葱のポタージュ	全がゆ（精白米） 鶏挽肉、じゃが芋、玉葱、人参、ケチャップ、スープ 人参 玉葱、ミルク、スープ	
30	火	お粥 ツナと野菜のミルク煮 トマト（生） キャベツスープ	全がゆ（精白米） ツナ缶、玉葱、スープ、ミルク トマト キャベツ、サラダ用スパゲティ、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○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、きざみ	つぶし、きざみ、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（※上記献立一覧表の該当食材に赤字で○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、上記献立一覧表の「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。

・上記献立一覧表に「片栗粉」の記載がない場合でも、片栗粉でとろみをつける場合があります。

・上記献立のほか、麦茶を提供します。