



令和8年4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	水	お粥 肉団子のミルク煮 いちご(生) キャベツスープ	全がゆ(精白米) 鶏挽肉、人参、スープ、ミルク、片栗粉 いちご キャベツ、スープ	
2	木	パン粥 南瓜のそぼろあんかけ きゅうりのやわらか煮 玉葱のポタージュ	食パン、水 南瓜、人参、鶏挽肉、だし汁、醤油、片栗粉 胡瓜、だし汁 玉葱、ミルク、スープ	
3	金	お粥 ひき肉の卵とじ 大根のやわらか煮 みそ汁(豆腐・人参)	全がゆ(精白米) 鶏挽肉、玉葱、卵、だし汁、醤油、片栗粉 大根、だし汁 木綿豆腐、人参、みそ、だし汁	
4	土	お粥 肉団子の野菜あんかけ バナナ(生) 人参スープ	全がゆ(精白米) 鶏挽肉、人参、チンゲン菜、だし汁、醤油、片栗粉 バナナ 人参、スープ	
6	月	お粥 そぼろ煮 みかん缶 コーンポタージュ	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 みかん缶 コーン、ミルク、スープ	
7	火	お粥 里芋のツナあんかけ 人参のやわらか煮 みそ汁(青菜)	全がゆ(精白米) 里芋、玉葱、ツナ缶、だし汁、醤油、片栗粉 人参 青菜、みそ、だし汁	
8	水	お粥 肉団子の野菜あんかけ きゅうりのやわらか煮 みそ汁(キャベツ)	全がゆ(精白米) 鶏挽肉、人参、だし汁、醤油、片栗粉 胡瓜、だし汁 キャベツ、だし汁、みそ	
9	木	パン粥 マカロニとひき肉のケチャップ煮 じゃがいも(茹で) 人参ポタージュ	食パン、水 マカロニ、鶏挽肉、玉葱、スープ、ケチャップ、片栗粉 じゃが芋 人参、ミルク、スープ	
10	金	お粥 白身魚のあんかけ 人参のやわらか煮 玉葱のスープ	全がゆ(精白米) かれい、キャベツ、小松菜、だし汁、醤油、片栗粉 人参 玉葱、スープ	
11	土	お粥 じゃが芋のミルク煮 みかん缶 みそ汁(人参)	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 みかん缶 人参、だし汁、みそ	
13	月	お粥 肉団子の野菜あんかけ きゅうりのやわらか煮 みそ汁(玉葱)	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 玉葱、みそ、だし汁	
14	火	パン粥 かぶのそぼろあんかけ トマト(生) ブロッコリーのポタージュ	食パン、水 かぶ、かぶの葉、人参、鶏挽肉、だし汁、醤油、片栗粉 トマト ブロッコリー、ミルク、スープ	
15	水	お粥 白身魚の味噌煮 人参のやわらか煮 卵スープ	全がゆ(精白米) かれい、みそ、砂糖、水、片栗粉 人参 卵、人参、スープ	
16	木	お粥 ツナと野菜のミルク煮 バナナ(生) 人参スープ	全がゆ(精白米) ツナ缶、キャベツ、スープ、ミルク、片栗粉 バナナ 人参、スープ	
17	金	お粥 肉団子のケチャップ煮 人参のやわらか煮 みそ汁(じゃがいも・小松菜)	全がゆ(精白米) 鶏挽肉、玉葱、ケチャップ、スープ、片栗粉 人参 じゃが芋、小松菜、みそ、だし汁	



令和8年4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	
18	土	お粥 肉団子の野菜あんかけ さつまいも(茹で) キャベツスープ	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 さつまいも キャベツ、スープ		
20	月	お粥 豆腐のあんかけ きゅうりのやわらか煮 みそ汁(玉葱)	全がゆ(精白米) 木綿豆腐、人参、玉葱、だし汁、醤油、片栗粉 胡瓜、だし汁 玉葱、みそ、だし汁		
21	火	パン粥 白身魚のあんかけ 人参のやわらか煮 南瓜のポターージュ	食パン、水 かれい、キャベツ、だし汁、醤油、片栗粉 人参 南瓜、ミルク、スープ		
22	水	お粥 じゃが芋のミルク煮 みかん缶 人参スープ	全がゆ(精白米) 鶏挽肉、じゃが芋、玉葱、ほうれん草、ミルク、スープ、片栗粉 みかん缶 人参、スープ		
23	木	お粥 ひき肉の卵とじ きゅうりのやわらか煮 みそ汁(かぶ)	全がゆ(精白米) 鶏挽肉、人参、玉葱、卵、だし汁、醤油、片栗粉 胡瓜、だし汁 かぶ、かぶの葉、みそ、だし汁		
24	金	とろとろスープスパゲティ さつまいも(茹で)	スパゲティ、ツナ缶、玉葱、人参、ピーマン、スープ、ケチャップ、片栗粉 さつまいも		
25	土	お粥 そぼろ煮 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、じゃが芋、玉葱、人参、だし汁、醤油、片栗粉 胡瓜、だし汁 トマト、玉葱、スープ		
27	月	お粥 ブロッコリーのそぼろあんかけ 人参のやわらか煮 みそ汁(豆腐・人参)	全がゆ(精白米) ブロッコリー、玉葱、鶏挽肉、だし汁、砂糖、醤油、片栗粉 人参 木綿豆腐、人参、みそ、だし汁		
28	火	お粥 肉団子の野菜あんかけ じゃがいも(茹で) すまし汁	全がゆ(精白米) 鶏挽肉、人参、玉葱、だし汁、醤油、片栗粉 じゃが芋 大根、だし汁、醤油		
29	水	昭 和 の 日			
30	木	お粥 肉団子のミルク煮 人参のやわらか煮 みそ汁(青菜)	全がゆ(精白米) 鶏挽肉、人参、スープ、ミルク、片栗粉 人参 青菜、みそ、だし汁		

【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。