

令和8年4月離乳食献立表



日	曜日	6カ月（10倍がゆ）	7～8カ月（5倍がゆ）	9～12カ月（軟飯）	午前おやつ	午後おやつ
1・15	水	かぼちゃのペースト ほうれん草のピューレ	白和え（豆腐 ほうれんそう かつおだし） すまし汁（人参 玉ねぎ ほうれん草 かつおだし しょうゆ）	白和え（豆腐 ほうれんそう かつおだし） 豚肉の甘辛煮（鶏ミンチ 玉ねぎ さとう しょうゆ） すまし汁（人参 玉ねぎ ほうれん草 かつおだし しょうゆ）	お子様せんべい	バナナ
2・16	木	つぶしバナナ 人参とキャベツのピューレ	肉団子（鶏ミンチ 玉ねぎ しょうゆ） すまし汁（豆腐 人参 かつおだし しょうゆ）	肉団子（鶏ミンチ 玉ねぎ しょうゆ） ひじきサラダ（キャベツ 人参 ひじき しお） すまし汁（豆腐 人参 かつおだし しょうゆ）	野菜ハインハイン	パンかゆ
3・17	金	じゃが芋のペースト 玉ねぎと人参のピューレ	みそ煮（たら みそ） ポテトスープ（じゃが芋 玉ねぎ 人参 かつおだし）	みそ煮（たら みそ） しらす和え（キャベツ 人参 きゅうり しらす干し） ポテトスープ（じゃが芋 玉ねぎ 人参 かつおだし）	ハインハイン	さつまいもかゆ
4・18	土	じゃが芋のペースト 豆腐と人参のピューレ	うま煮（鶏ミンチ じゃが芋 人参 しょうゆ） みそ汁（人参 豆腐 かつおだし みそ）	うま煮（鶏ミンチ じゃが芋 人参 しょうゆ） 和え物（ほうれんそう きゃべつ しょうゆ） みそ汁（人参 豆腐 かつおだし みそ）	野菜ハインハイン	お子様せんべい
6	月	人参のペースト ほうれん草とりんごのピューレ	とろみ煮（鶏ミンチ 玉ねぎ 片栗粉 しょうゆ） みそ汁（玉ねぎ ほうれん草 豆腐 かつおだし みそ）	とろみ煮（鶏ミンチ 玉ねぎ 片栗粉 しょうゆ） 和え物（人参 きゅうり わかめ） みそ汁（玉ねぎ ほうれん草 豆腐 かつおだし みそ）	お子様せんべい	かぼちゃの甘煮
7・21	火	人参と豆腐のペースト キャベツと玉ねぎのピューレ	炒り豆腐（豆腐 鶏ミンチ 人参 しょうゆ） 野菜スープ（キャベツ 玉ねぎ かつおだし）	炒り豆腐（ひじき 豆腐 鶏ミンチ 人参 しょうゆ） こふさいも（じゃがいも しお） 野菜スープ（人参 大根 玉ねぎ かつおだし）	野菜ハインハイン	りんごコンポート
8・22	水	かぼちゃのペースト 玉ねぎと人参のピューレ	だし煮（たら 玉ねぎ かつおだし） とろみ煮（豆腐 鶏ミンチ 人参 片栗粉 しょうゆ）	だし煮（たら 玉ねぎ かつおだし） ブロッコリー とろみ煮（豆腐 鶏ミンチ 人参 片栗粉 しょうゆ）	ハインハイン	蒸しパン
9・23	木	人参と玉ねぎのペースト 豆腐とキャベツのピューレ	マーボー豆腐（鶏ミンチ 豆腐 玉ねぎ 人参 片栗粉 しょうゆ） 煮びたし（キャベツ 人参 かつおだし）	マーボー豆腐（鶏ミンチ 豆腐 玉ねぎ 人参 片栗粉 しょうゆ） かぼちゃ煮（かぼちゃ） 煮びたし（キャベツ 人参 かつおだし）	お子様せんべい	しらすかゆ
10・24	金	かぼちゃのペースト りんごのピューレ	鶏団子（鶏ミンチ 豆腐 片栗粉 しょうゆ） かぼちゃスープ（かぼちゃ 玉ねぎ かつおだし）	鶏団子（鶏ミンチ 豆腐 片栗粉 しょうゆ） 大根サラダ（大根 きゅうり わかめ） かぼちゃスープ（かぼちゃ 玉ねぎ かつおだし）	野菜ハインハイン	ふかしいも
11・25	土	じゃが芋のペースト 人参と豆腐のピューレ	肉じゃが（鶏ミンチ じゃが芋 玉ねぎ しょうゆ） みそ汁（人参 豆腐 かつおだし みそ）	肉じゃが（鶏ミンチ じゃが芋 玉ねぎ しょうゆ） 煮びたし（ほうれんそう キャベツ しょうゆ） みそ汁（人参 豆腐 かつおだし みそ）	ハインハイン	お子様せんべい
13・27	月	人参のペースト キャベツと玉ねぎのピューレ	ほぐし煮（たら しょうゆ） かぼちゃスープ（かぼちゃ 人参 玉ねぎ かつおだし）	ほぐし煮（たら しょうゆ） 和え物（キャベツ 人参 しょうゆ） かぼちゃスープ（かぼちゃ 人参 玉ねぎ かつおだし）	お子様せんべい	バナナ
14・28	火	人参と豆腐のペースト キャベツと小松菜のピューレ	かぼちゃのそぼろ煮（かぼちゃ 鶏ミンチ 玉ねぎ しょうゆ） みそ汁（豆腐 小松菜 人参 かつおだし みそ）	かぼちゃのそぼろ煮（かぼちゃ 鶏ミンチ 玉ねぎ しょうゆ） しらす和え（キャベツ 人参 しらす干し） みそ汁（豆腐 ほうれんそう 人参 かつおだし みそ）	野菜ハインハイン	青菜かゆ
30	水	人参と玉ねぎのペースト 白菜のピューレ	豆腐ハンバーグ（鶏ミンチ 豆腐 玉ねぎ しょうゆ） 白菜スープ（白菜 人参 玉ねぎ かつおだし しょうゆ）	豆腐ハンバーグ（鶏ミンチ 豆腐 玉ねぎ しょうゆ） こふさいも（じゃがいも しお） 白菜スープ（白菜 人参 玉ねぎ かつおだし しょうゆ）	ハインハイン	ふかしいも



食材など都合により変更する場合があります、ご了承ください。