



離乳食献立表



2026年03月

親愛保育園

日付	時間帯	離乳食完了期	離乳食後期	離乳食中期	離乳食初期
02(月)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	軟飯 米粉のから揚げ 小松菜のごま酢和え みそ汁(キャベツ 油揚げ)	おかゆ 鶏ひき肉小松菜にんじんの煮物 みそ汁(キャベツ)	おかゆ 鶏ひき肉小松菜にんじんのつぶし煮 みそ汁(キャベツ)	つぶしがゆ 小松菜にんじんのペースト
	午後おやつ	牛乳 オレンジゼリー クラッカー	しらすと小松菜のおかゆ スティックにんじん	しらすと小松菜のおかゆ にんじんのマッシュ	
03(火)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	軟飯 五目卵焼き キャベツの甘酢和え みそ汁(豆腐 わかめ) いちご	おかゆ 豆腐キャベツかぼちゃの煮物 みそ汁(わかめ)	おかゆ 豆腐キャベツかぼちゃのつぶし煮 みそ汁(わかめ)	つぶしがゆ 豆腐キャベツかぼちゃのペースト
	午後おやつ	牛乳 おやつちらし寿司(軟飯)	鶏ひき肉とわかめのおかゆ かぼちゃのおやき	鶏ひき肉とわかめのおかゆ かぼちゃのマッシュ	
04(水)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	軟飯 めかじきの竜田揚げ ひじきの白和え みそ汁(たまねぎ・焼きふ)	おかゆ めかじきこまつなやきふの煮物 みそ汁(たまねぎ)	おかゆ めかじきこまつなやきふのつぶし煮 みそ汁(たまねぎ)	つぶしがゆ こまつなやきふのペースト
	午後おやつ	牛乳 ピーチクリームサンド	チーズとトマトのおかゆ ココロ青のりポテト	チーズとトマトのおかゆ 青のりマッシュポテト	
05(木)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	軟飯 生揚げと豚肉の煮物 スパゲティサラダ すまし汁(たまねぎ・えのき)	おかゆ ツナじゃがいもキャベツの煮物 すまし汁(たまねぎ)	おかゆ ツナじゃがいもキャベツのつぶし煮 すまし汁(たまねぎ)	つぶしがゆ じゃがいもキャベツのペースト
	午後おやつ	牛乳 コーンフレークスナック	豚ひき肉とにんじんのおかゆ スティックきゅうり	豚ひき肉とにんじんのおかゆ きゅうりの茹でつぶし	
06(金)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	軟飯 すき焼き風煮 酢の物 みそ汁(小松菜 もやし)	おかゆ 鱈白菜さつまいもの煮物 みそ汁(小松菜)	おかゆ 鱈白菜さつまいものつぶし煮 みそ汁(小松菜)	つぶしがゆ 鱈白菜さつまいものペースト
	午後おやつ	牛乳 フライドポテト	きなこさつまいものおかゆ スティックだいこん	きなこさつまいものおかゆ だいこんのマッシュ	
07(土)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	鶏野菜うどん 粉ふきいも りんご	おかゆ しらすにんじんじゃがいもの煮物 すまし汁(たまねぎ)	おかゆ しらすにんじんじゃがいものつぶし煮 すまし汁(たまねぎ)	つぶしがゆ しらすにんじんじゃがいものペースト
	午後おやつ	牛乳 ミルクパン	とり雑炊 みそ汁	とり雑炊 みそ汁	
09(月)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	ハヤシライス(軟飯) ひじきのマリネ フルーツポンチ	おかゆ 鶏ひき肉大根さつまいもの煮物 スープ(たまねぎ)	おかゆ 鶏ひき肉大根さつまいものつぶし煮 スープ(たまねぎ)	つぶしがゆ 大根さつまいものペースト
	午後おやつ	牛乳 ココア揚げパン	ツナとのりのおかゆ ココロさつまいも	ツナとのりのおかゆ さつまいものマッシュ	
10(火)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	軟飯 ハンバーグ ブロッコリーサラダ スープ(キャベツ・コーン)	おかゆ 豆腐ブロッコリーにんじんの煮物 スープ(キャベツ)	おかゆ 豆腐ブロッコリーにんじんのつぶし煮 スープ(キャベツ)	つぶしがゆ 豆腐ブロッコリーにんじんのペースト
	午後おやつ	牛乳 おやつ焼きそば	豚ひき肉とキャベツのおかゆ 茹でブロッコリー	豚ひき肉とキャベツのおかゆ ブロッコリーの茹でつぶし	
11(水)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	軟飯 豚肉と野菜の炒め物 大根とツナのサラダ みそ汁(なめこ・ねぎ) いよかん	おかゆ ツナキャベツにんじんの煮物 みそ汁(ねぎ)	おかゆ ツナキャベツにんじんのつぶし煮 みそ汁(ねぎ)	つぶしがゆ キャベツにんじんのペースト
	午後おやつ	牛乳 おおかチーズおにぎり(軟飯)	チーズとのりのおかゆ スティックだいこん	チーズとのりのおかゆ だいこんの茹でつぶし	
12(木)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	軟飯 鶏肉のレモンソース 青菜とのりのサラダ あさりと野菜のスープ	おかゆ 鶏ひき肉ほうれん草かぼちゃの煮物 スープ(チンゲン菜)	おかゆ 鶏ひき肉ほうれん草かぼちゃのつぶし煮 スープ(チンゲン菜)	つぶしがゆ ほうれん草かぼちゃのペースト
	午後おやつ	牛乳 米粉のバナナケーキ	鱈とほうれん草のおかゆ スティックバナナ	鱈とほうれん草のおかゆ つぶしバナナ	



離乳食献立表



2026年03月

親愛保育園

日付	時間帯	離乳食完了期	離乳食後期	離乳食中期	離乳食初期
13(金)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	軟飯 魚の塩焼き きゅうりのゆかりあえ 豚汁	おかゆ 豆腐だいこんにんじんの煮物 みそ汁(ねぎ)	おかゆ 豆腐だいこんにんじんのつぶし煮 みそ汁(ねぎ)	つぶしがゆ 豆腐だいこんにんじんのペースト
	午後おやつ	牛乳 マカロニきなこ	鮭とわかめのおかゆ 里芋のコロコロ煮	鮭とわかめのおかゆ 里芋のマッシュ	
14(土)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	スパゲティナポリタン スープ(かぼちゃ ねぎ) バナナ	おかゆ しらすにんじんじゃがいもの煮物 スープ(ねぎ)	おかゆ しらすにんじんじゃがいものつぶし煮 スープ(ねぎ)	つぶしがゆ しらすにんじんじゃがいものペースト
	午後おやつ	牛乳 ももとりんごのゼリー 鉄分強化チーズ	かぼちゃのグラタン コンソメ	かぼちゃのグラタン コンソメ	
16(月)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	軟飯 米粉のから揚げ 小松菜のごま酢和え みそ汁(キャベツ 油揚げ)	おかゆ 鶏ひき肉小松菜にんじんの煮物 みそ汁(キャベツ)	おかゆ 鶏ひき肉小松菜にんじんのつぶし煮 みそ汁(キャベツ)	つぶしがゆ 小松菜にんじんのペースト
	午後おやつ	牛乳 オレンジゼリー クラッカー	しらすと小松菜のおかゆ スティックにんじん	しらすと小松菜のおかゆ にんじんのマッシュ	
17(火)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	軟飯 五目卵焼き キャベツの甘酢和え みそ汁(豆腐 わかめ) いちご	おかゆ 豆腐キャベツにんじんの煮物 みそ汁(わかめ)	おかゆ 豆腐キャベツにんじんのつぶし煮 みそ汁(わかめ)	つぶしがゆ 豆腐キャベツにんじんのペースト
	午後おやつ	牛乳 味噌ポテト	鶏ひき肉とわかめのおかゆ じゃがいもとチーズのおやき	鶏ひき肉とわかめのおかゆ じゃがいもとチーズのマッシュ	
18(水)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	軟飯 めかじきの竜田揚げ ひじきの白和え みそ汁(たまねぎ・焼きふ)	おかゆ めかじきこまつなやきふの煮物 みそ汁(たまねぎ)	おかゆ めかじきこまつなやきふのつぶし煮 みそ汁(たまねぎ)	つぶしがゆ こまつなやきふのペースト
	午後おやつ	牛乳 ピーチクリームサンド	チーズとトマトのおかゆ コロコロ青のりポテト	チーズとトマトのおかゆ 青のりマッシュポテト	
19(木)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	軟飯 生揚げと豚肉の煮物 スパゲティサラダ すまし汁(わかめ・えのき)	おかゆ ツナじゃがいもキャベツの煮物 すまし汁(わかめ)	おかゆ ツナじゃがいもキャベツのつぶし煮 すまし汁(わかめ)	つぶしがゆ じゃがいもキャベツのペースト
	午後おやつ	牛乳 2色ぼたもち(軟飯) 	鶏ひき肉とわかめのおかゆ スティックきゅうり	鶏ひき肉とわかめのおかゆ きゅうりの茹でつぶし	
21(土)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	鶏野菜うどん 粉ふきいも りんご	おかゆ しらすにんじんじゃがいもの煮物 すまし汁(たまねぎ)	おかゆ しらすにんじんじゃがいものつぶし煮 すまし汁(たまねぎ)	つぶしがゆ しらすにんじんじゃがいものペースト
	午後おやつ	牛乳 ミルクパン	とり雑炊 みそ汁	とり雑炊 みそ汁	
23(月)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	ポークカレーライス(軟飯) ひじきのマリネ ヨーグルト	おかゆ 鶏ひき肉じゃがいも大根の煮物 スープ(たまねぎ)	おかゆ 鶏ひき肉じゃがいも大根のつぶし煮 スープ(たまねぎ)	つぶしがゆ じゃがいも大根のペースト
	午後おやつ	牛乳 ココアクリームサンド	鱈とにんじんのおかゆ スティック大根	鱈とにんじんのおかゆ 大根の茹でつぶし	
24(火)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	軟飯 鶏肉のコーンフレーク焼き ブロッコリーサラダ スープ(キャベツ・コーン)	おかゆ しらすブロッコリーかぼちゃの煮物 スープ(キャベツ)	おかゆ しらすブロッコリーかぼちゃのつぶし煮 スープ(キャベツ)	つぶしがゆ しらすブロッコリーかぼちゃのペースト
	午後おやつ	牛乳 おやつ焼きそば	豚ひき肉とかぼちゃのおかゆ 茹でブロッコリー	豚ひき肉とかぼちゃのおかゆ ブロッコリーの茹でつぶし	
25(水)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	軟飯 豚肉と野菜の炒め物 大根とツナのサラダ みそ汁(なめこ・ねぎ) いよかん	おかゆ 鶏ひき肉キャベツさつまいもの煮物 みそ汁(ねぎ)	おかゆ 鶏ひき肉キャベツさつまいものつぶし煮 みそ汁(ねぎ)	つぶしがゆ キャベツさつまいものペースト
	午後おやつ	牛乳 おおかチーズおにぎり(軟飯)	ツナとキャベツのおかゆ コロコロさつまいも	ツナとキャベツのおかゆ さつまいものマッシュ	



離乳食献立表



日付	時間帯	離乳食完了期	離乳食後期	離乳食中期	離乳食初期
26(木)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	軟飯 鶏肉のかりん揚げ 青菜とのりのサラダ まめぶ汁	おかゆ 鶏ひき肉ほうれん草じゃがいもの煮物 すまし汁(にんじん)	おかゆ 鶏ひき肉ほうれん草じゃがいものつぶし煮 すまし汁(にんじん)	つぶしがゆ ほうれん草じゃがいものペースト
	午後おやつ	牛乳 米粉のバナナケーキ	チーズとほうれん草のおかゆ スライスバナナ	チーズとほうれん草のおかゆ つぶしバナナ	
27(金)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	軟飯 魚のチーズ焼き ポテトのフレンチサラダ 野菜スープ	おかゆ 鮭じゃがいもキャベツの煮物 スープ(たまねぎ)	おかゆ 鮭じゃがいもキャベツのつぶし煮 スープ(たまねぎ)	つぶしがゆ じゃがいもキャベツのペースト
	午後おやつ	牛乳 豆腐ドーナツ	豚ひき肉とにんじんのおかゆ スティックきゅうり	豚ひき肉とにんじんのおかゆ きゅうりの茹でつぶし	
28(土)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	スパゲティナポリタン スープ(かぼちゃ ねぎ) バナナ	おかゆ しらすにんじんじゃがいもの煮物 スープ(ねぎ)	おかゆ しらすにんじんじゃがいものつぶし煮 スープ(ねぎ)	つぶしがゆ しらすにんじんじゃがいものペースト
	午後おやつ	牛乳 ももとりんごのゼリー 鉄分強化チーズ	かぼちゃのグラタン コンソメ	かぼちゃのグラタン コンソメ	
30(月)	午前おやつ	牛乳 せんべい			
	昼食	軟飯 鶏肉のケチャップ焼き 切干サラダ スープ(チンゲン菜・春雨)	おかゆ 豚ひき肉たまねぎさつまいもの煮物 スープ(チンゲン菜)	おかゆ 豚ひき肉たまねぎさつまいものつぶし煮 スープ(チンゲン菜)	つぶしがゆ たまねぎさつまいものペースト
	午後おやつ	牛乳 味噌入り蒸しパン	ツナとチンゲン菜のおかゆ さつまいものおやき	ツナとチンゲン菜のおかゆ さつまいものマッシュ	
31(火)	午前おやつ	牛乳 ビスケット			
	昼食	三色丼(軟飯) 大根のピクルス みそ汁(かぶ・油揚げ)	おかゆ 鶏ひき肉かぼちゃほうれん草の煮物 みそ汁(かぶ)	おかゆ 鶏ひき肉かぼちゃほうれん草のつぶし煮 みそ汁(かぶ)	つぶしがゆ かぼちゃほうれん草のペースト
	午後おやつ	牛乳 ひまわりパイ	チーズとかぼちゃのおかゆ かぶのココロ煮	チーズとかぼちゃのおかゆ かぶの茹でつぶし	