

日 曜	9~11か月頃(適宜きざむ)		7~8か月頃(適宜つぶす)	
	11:00	15:00	11:00	15:00
1・15 / 土	固がゆ 肉じゃが刻み みそ汁 (えのきたけ・麩) 清みかん刻み プレーンヨーグルト	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の煮つぶし 清みかんつぶし又は果汁 みそ汁(汁のみ) プレーンヨーグルト	ミルク 
3・17 / 月	固がゆ クリームシチュー フレンチサラダ刻み 	乳児用菓子 清みかん刻み ミルク	おかゆ じゃが芋と玉葱、人参のミルク煮つぶし キャベツのゆでつぶし きゅうりのすりおろし トマトのゆでつぶし	ミルク
4・18 / 火	固がゆ 豚肉と野菜のみそ炒め刻み ブロッコリーのおかか和え刻み すまし汁 (わけぎ・えのきたけ)	きな粉トースト又は 食パン刻み又は パンがゆ(食パン) ミルク 	おかゆ 麩のクタクタ煮 玉葱と人参の煮つぶし ブロッコリーのゆでつぶし すまし汁(汁のみ)	ミルク
5・19 / 水	食パン又はパンがゆ(食パン) 豆腐ハンバーグ刻み 野菜ソテー刻み キャベツスープ (ベーコン・キャベツ・玉葱)	ポテトフライ又は じゃが芋の甘煮 ミルク 	パンがゆ(食パン) 豆腐の薄味煮 玉葱の煮つぶし ほうれん草と人参の煮つぶし キャベツの煮つぶし キャベツスープ(汁のみ)	ミルク
6・20 / 木	固がゆ レバーの甘煮刻み たたききゅうり刻み みそ汁 (かぼちゃ・玉葱)	さくさくクッキー又は 乳児用菓子 ミルク	おかゆ レバーペースト きゅうりのすりおろし かぼちゃの煮つぶし 玉葱の煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク
7・21 / 金	固がゆ さばのみそ煮刻み ほうれん草と人参のごま和え刻み わかたけ汁 (わかめ・たけのこ刻み)	焼きうどん刻み又は うどんのクタクタ煮 ミルク	おかゆ 白身魚の煮つぶし ほうれん草の煮つぶし 人参の煮つぶし わかめの煮つぶし わかたけ汁(汁のみ)	ミルク
8・22 / 土	ミートソーススパゲッティー刻み サラダ刻み 清みかん刻み	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 玉葱と人参のミルク煮つぶし ブロッコリーの煮つぶし きゅうりのすりおろし トマトのゆでつぶし 清みかんつぶし又は果汁	ミルク
10・24 / 月	固がゆ オランダ煮刻み 手作りふりかけ 清みかん刻み みそ汁 (キャベツ・葱) 	マカロニあべかわ刻み又は マカロニのクタクタ煮又は おじや ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 じゃが芋、玉葱、人参の煮つぶし 手作りふりかけ キャベツの煮つぶし 清みかんつぶし又は果汁 みそ汁(汁のみ)	ミルク

# 保育園離乳食予定献立表 (0歳児)



令和5年4月分



大和市立保育園

No.2

	9~11か月頃(適宜きざむ)		7~8か月頃(適宜つぶす)	
	11:00	15:00	11:00	15:00
11・25 火	固がゆ マーボー豆腐刻み かぼちゃのオーブン焼き刻み すまし汁 (小松菜・えのたけ)	スナッ麩又は 乳児用菓子 ミルク 	おかゆ 豆腐の薄味煮つぶし かぼちゃの煮つぶし 小松菜の煮つぶし すまし汁(汁のみ)	ミルク
12・26 水	固がゆ 鶏の唐揚げ刻み お浸し刻み 野菜スープ (ベーコン・もやし・パセリ・人参)	小倉ケーキ又は 乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 キャベツのゆでつぶし 人参のゆでつぶし 野菜スープ(汁のみ)	ミルク
13・27 木	食パン又はパンがゆ(食パン) コーンシチュー刻み 中華サラダ刻み	ピースごはん又は おじや ミルク	パンがゆ(食パン) じゃが芋と玉葱、人参のミルク煮つぶし キャベツのゆでつぶし きゅうりのすりおろし トマトのゆでつぶし	ミルク
14・28 金	固がゆ かれのいの煮つけ刻み 納豆和え刻み みそ汁 (豆腐・油揚げ・わけぎ)	ジャムサンド(食パン)又は 食パン刻み又は 乳児用菓子 ミルク 	おかゆ かれのいの煮つぶし 豆腐の薄味煮つぶし 納豆のゆでつぶし ほうれん草の煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク

※5~6か月の離乳食について  
7~8か月の献立内容にならない、形態をペースト状にするなどして食べやすくしてあります。  
ただし、使用食材は離乳食家庭連絡表に準じています。

\*保育園の行事、材料の都合などにより献立を変更する場合があります。  
\*個人の状況に合わせて使用する食材が変わることがあります。  
\*パンがゆは食パンで作ります。  
\*ベビーフード「野菜と鶏ささみ」(非常食)等を使用する場合があります。

## ♥ 保育園での給食の様子は・・・ ♥



子どもが食べている様子をよく観察して、保育士、調理員、管理栄養士が意見を出し合い、子どもが食べる喜びをもてるような、給食を考えています。  
安全で安心、おいしい給食になるように、様々な工夫をしています。



食事前には必ず、  
手を洗います。

保育士と一緒に食事をして、  
食べる姿をみせています。

食事の準備をしている間に、  
手遊びをしたり、本を読んだりしています。

本人の「食べたい！」気持ちを大切に、  
手づかみ食べやスプーンやフォークを持たせるなど、  
積極的に行っています。



声掛けをして、噛むことを促しています。



【離乳食の固さ】 こどもの噛む力に合わせて進めていきます。

ポタージュ状・ジャム状 (5~6か月頃)

舌でつぶせる固さ (7~8か月頃)

歯ぐきでつぶせる固さ (9~11か月頃)

- ✿ 離乳食の量・回数が増えるにつれて、だんだんとミルクの量は減っていきます。
- ✿ 調理形態や食品の種類は、保育園だけでは進めていくことができません。
- ✿ 家庭でもお子さんの食べる様子をみながら離乳食を進めていきましょう。