

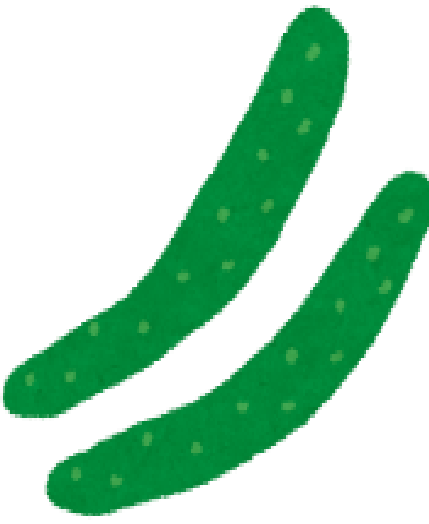


保育園離乳食予定献立表（0歳児）

令和7年6月分

大和市立保育園

No. 1

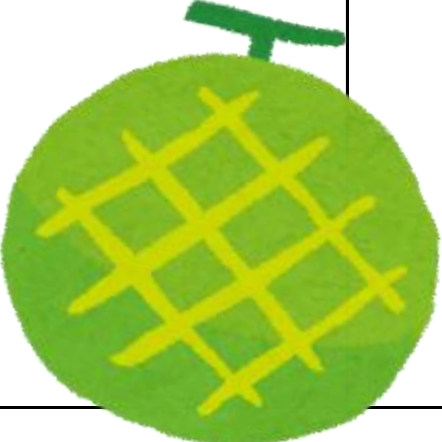
日／曜	9～11か月頃（適宜きざむ）		7～8か月頃（適宜つぶす）	
	11:00	15:00	11:00	15:00
2・16 ／ 月	固がゆ ビビンバ刻み たたききゅうり刻み えのきスープ （えのきたけ・わけぎ） 	きな粉トースト刻み 又は食パン刻み 又はパンがゆ（食パン） ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 ほうれん草の煮つぶし 人参の煮つぶし きゅうりのすりおろし えのきスープ（汁のみ） 	ミルク
3・17 ／ 火	食パン又はパンがゆ（食パン） 豆腐ハンバーグ刻み アスパラのソテー（人参入り）刻み 野菜スープ （ベーコン・もやし・パセリ・人参）	ゆかりごはん（固がゆ） 又はおじや ミルク	パンがゆ（食パン） 豆腐の薄味煮つぶし 玉葱の煮つぶし アスパラの煮つぶし 人参の煮つぶし 野菜スープ（汁のみ） 	ミルク
4・18 ／ 水	固がゆ クリームシチュー刻み フレンチサラダ刻み	プレーンヨーグルト 乳児用菓子 ミルク	おかゆ じゃが芋と玉葱のミルク煮つぶし 人参の煮つぶし キャベツの煮つぶし きゅうりのすりおろし トマトのゆでつぶし 	ミルク
5・19 ／ 木	固がゆ 白身魚のネギみそ焼きほぐし 又はかれいの薄味煮刻み お浸し刻み すまし汁 （小松菜・しめじ）	ボンボンドーナッツ刻み 又は乳児用菓子 ミルク 	おかゆ かれいの薄味煮つぶし キャベツの煮つぶし 人参の煮つぶし 小松菜の煮つぶし すまし汁（汁のみ）	ミルク
6・20 ／ 金	固がゆ 肉じゃが刻み ひじきのふりかけ刻み トマト刻み みそ汁 （なす・長葱）	乳児用菓子 ミルク	おかゆ じゃが芋と玉葱のミルク煮つぶし 人参の煮つぶし ひじきの煮つぶし なすの煮つぶし トマトのゆでつぶし みそ汁（汁のみ）	ミルク
7・21 ／ 土	固がゆ 肉野菜炒め刻み みそ汁 （わかめ・麩） 型抜きチーズ	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 キャベツの煮つぶし 人参の煮つぶし みそ汁（汁のみ） 型抜きチーズ	ミルク
9・23 ／ 月	固がゆ 鶏肉のさっぱり煮刻み 納豆和え刻み みそ汁 （豆腐・油揚げ・長葱）	乳児用菓子 メロン刻み ミルク	おかゆ 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 人参の煮つぶし みそ汁（汁のみ） 	ミルク
10・24 ／ 火	食パン又はパンがゆ（食パン） ナス・トマトの ミートグラタン刻み ブロッコリーのサラダ （人参入り）刻み 	シーチキンごはん（固がゆ） ミルク	パンがゆ（食パン） 玉葱のミルク煮つぶし なすの煮つぶし トマトのゆでつぶし ブロッコリーの煮つぶし 人参の煮つぶし	ミルク

保育園離乳食予定献立表（0歳児）

令和7年6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 ／ 水	固がゆ 肉野菜炒め刻み かぼちゃのオーブン焼き刻み すまし汁 （麩・しめじ） 	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 玉葱の煮つぶし 人参の煮つぶし かぼちゃの煮つぶし すまし汁（汁のみ）	ミルク
12・26 ／ 木	固がゆ さわらのから揚げ刻み 又はかれの薄味煮刻み ゴマ和え刻み みそ汁 （じゃが芋・小松菜）	あんこクッキー 又は乳児用菓子 ミルク	おかゆ かれの薄味煮つぶし キャベツの煮つぶし 人参の煮つぶし じゃが芋の煮つぶし 小松菜の煮つぶし みそ汁（汁のみ）	ミルク
13・27 ／ 金	固がゆ マーボー豆腐刻み 春雨の酢の物刻み すまし汁 （わけぎ・えのきたけ）	マカロニあべかわ刻み 又はマカロニのクタクタ煮 ミルク	おかゆ 豆腐の薄味煮つぶし きゅうりのすりおろし 人参の煮つぶし すまし汁（汁のみ）	ミルク
14・28 ／ 土	和風ツナスパゲッティー刻み トマト刻み	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 玉葱の煮つぶし 人参の煮つぶし トマトのゆでつぶし	ミルク
30 ／ 月	固がゆ 肉と野菜のそぼろ チンゲン菜のスープ （ベーコン・チンゲン菜・玉葱） メロン刻み 	パンせんべい刻み 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 玉葱の煮つぶし 人参の煮つぶし チンゲン菜の煮つぶし チンゲン菜のスープ（汁のみ） メロンつぶし又は果汁 	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。

♥ 離乳食を上手に食べさせるポイントは・・・ ♥

ゆっくり・ゆったり、口の動きにあわせて食べさせましょう。あせらないように！



1 口を開けるまで待ちましょう

- ・離乳食をのせたスプーンを下唇に優しくふれるようにすると良いでしょう。



2 口の奥までスプーンを入れないようにしましょう

- ・口の奥に離乳食を入れると、すぐに飲み込んでしまい、噛む練習になりません。丸のみの癖がついてしまいます。
- ・離乳食をのせたスプーンを口の奥に入れすぎないようにしましょう。



3 離乳食を口の中に取り込むのを待ちましょう

- ・上唇にスプーンを押し付けて、離乳食を口に入れるのではなく、お子さんが自分の口を閉じて、スプーンから離乳食を口の中に取り込むのを待ちましょう。



4 飲み込みまで、じっく待ちましょう

- ・飲み込むのを待って、次の一口をあげましょう。
- ・まだ口に離乳食が残っているのに、次々と口に入れてしまうと、すぐに飲み込んでしまい、噛む練習になりません。
- ・離乳食は噛む習慣をつけるために必要なものです。



- ・離乳食はお子さんに合わせて、柔らかさや大きさ、切り方を調整します
- ・あまり噛まずに飲み込んでいる場合は離乳食が柔らかすぎないか、反対に固かったり、切り方が小さすぎないか確認してみましょう
- ・離乳食を口に入れて取り込ませた後は、口に対してスプーンを水平に抜きましょう